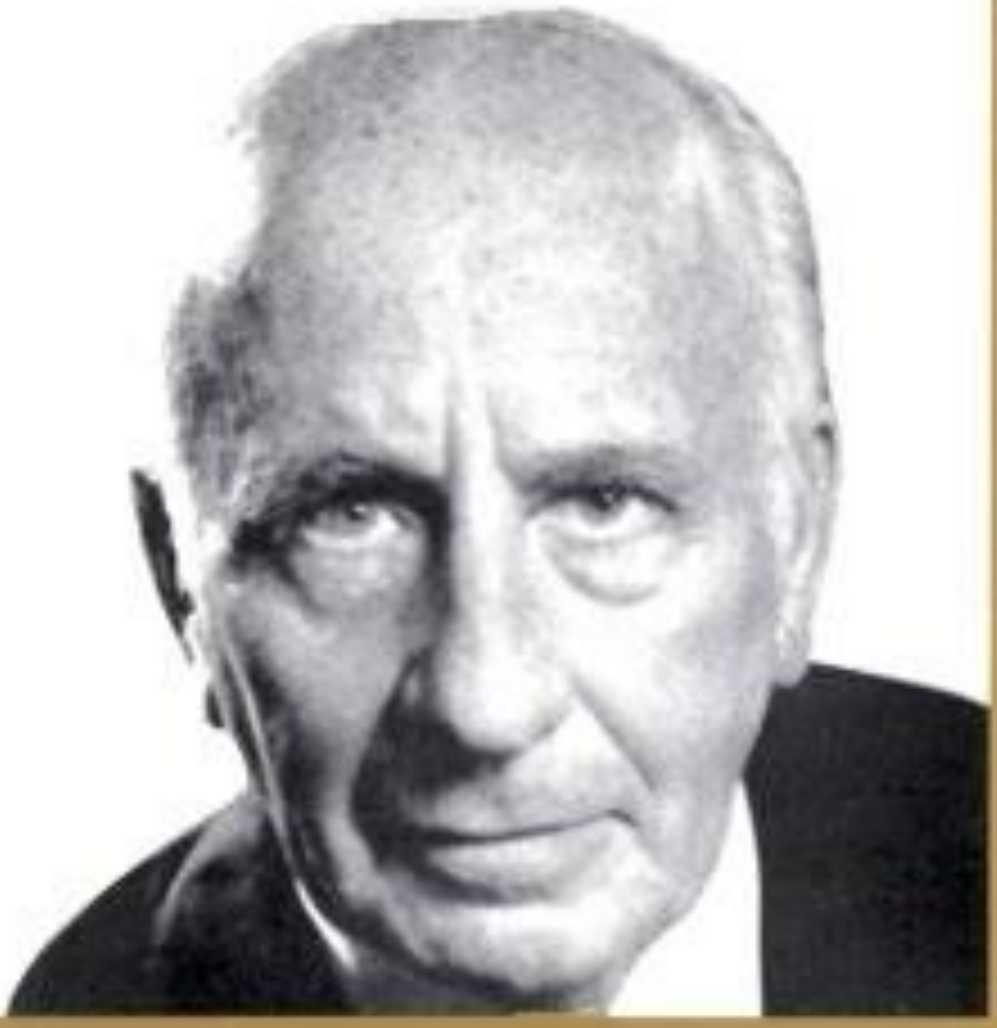
O ZEN E NÓS

Tradução: Amadeu António



NOTA DO EDITOR

As citações de textos budistas, como por exemplo a secção do Shin Jin Mei na página 63 e o hino atribuído a Buda na página 67, foram traduzidas do alemão do autor numa tentativa de preservar uma unidade de tom e a intenção interpretativa do autor.
Existem, no entanto, algumas traduções bastante notáveis desses mesmos textos por figuras como D. T. Suzuki, R. H. Blythe, entre outros.

CONTEÚDO

Prefácio
PONTOS DE PARTIDA
O Que Tem o Zen a Ver Connosco no Ocidente?
A Luz do Oriente?
O Que É Essencialmente o Zen
A Resposta do Zen ao Problema de Viver
A HUMANIDADE OCIDENTAL – ANGÚSTIA E FIM DA ANGÚSTIA
SOFRIMENTO E PROMESSA – AS FONTES DA PROCURA
AS ALGEMAS DA CONSCIÊNCIA OBJETIVA
O Que É a Consciência Objetiva – Porque É Perigosa
A Dor de Viver
Despersonalização do Indivíduo
O Declínio da Comunidade
PRESSÁGIOS DE MUDANÇA
Da Experiência Natural à Sobrenatural
Vinho Novo em Garrafas Velhas
Do Conhecimento à Intuição
A RESPOSTA DO ZEN
A SUBLIME MENSAGEM DO ZEN
Todos, na Sua Verdadeira Natureza, São Buda
A Experiência de Ser
A Experiência de Ser e o Dualismo
A Doutrina do Não-Dois
O Desapego ao “Ser”
A Abertura do Olho Interior
O Que o Zen Parece na Prática
Transmitir a Mensagem
VIVER O ZEN
Mestres e Alunos
De Coração para Coração
Imobilidade e Silêncio
A Disciplina do Silêncio
Paradoxo
PRATICAR O ZEN
O Significado do Exercício
Desmantelar o Ego
O Propósito da Técnica
Zazen
Os Três Estágios da Consciência e os Cinco Passos no Caminho

O CONTO DA MARAVILHOSA ARTE DE UM
ZEN PARA O OCIDENTE – O ZEN OCIDENTAL

PREFÁCIO

O que foi dito na primeira edição alemã deste livro sobre o significado do Zen para as pessoas no Ocidente provou ser verdade. As ondas do Zen bateram poderosamente na mente ocidental desde então. Mas adotar o Zen no Ocidente pode significar duas coisas: tornar-se budista ou abrir-se ao significado geral e humano da mensagem do Zen. Este segundo aspeto é o único que me interessa aqui. Sei que, por vezes, se pensa que o Zen não pode ser dissociado das suas origens budistas, e que o Zen é budismo ou nada. Isto pode ser verdade para o teórico que, não tendo experiência pessoal da doutrina de que a verdadeira natureza (natureza de Buda) está presente em todos nós, vê o Zen como uma visão puramente oriental da condição humana, ou o conhece apenas por livros ou como turista.

No entanto, qualquer pessoa que não esteja surda ao Absoluto ou que tenha passado algum tempo numa das práticas de Zen – por exemplo, o zazen – depressa percebe que o Zen se ocupa do fundamento de todo o sentimento religioso genuíno, e, na verdade, de todo o crescimento e maturidade humanos. O Zen permite-nos fazer duas coisas: primeiro, tornarmo-nos um com a nossa "verdadeira natureza", na qual o Absoluto está presente em nós; e, segundo, cumprir o nosso destino humano transformando-nos e tornando-nos um meio transparente, para que o Absoluto em nós possa brilhar.

O zazen – meditação sentada, em que a meditação não é "contemplação", mas um caminho de mudança – é um exercício sóbrio, severo e rigoroso. Proporciona um antídoto saudável ao êxtase tão procurado hoje em dia, e a sua ênfase na disciplina física aproxima-o tanto da preocupação ocidental com a forma pessoal como da conceção cristã do espírito a tornar-se carne. A sua verdade é universal e enraizada na experiência, e o encontro com ela ajudar-nos-á a redescobrir essa verdade e essa experiência na nossa própria tradição – e revitalizar a nossa própria vida espiritual.

PONTOS DE PARTIDA
O QUE TEM O ZEN A VER CONNOSCO NO OCIDENTE?

O que tem o Zen a ver connosco no Ocidente? Toda a gente, em todo o lado, fala de Zen. Tudo o que é publicado sobre Zen encontra imediatamente leitores ávidos. De onde vem esta estranha atração? Será uma moda passageira? Será o fascínio pelo exótico? Será uma fuga aos nossos próprios problemas para outro mundo distante? Tudo isto pode ser parcialmente verdade – mas o fascínio vem realmente de outra coisa.

Hoje em dia, as pessoas sentem que há algo de fundamentalmente errado nos valores sociais atuais. No fundo, sabem que os modos de pensar e agir que supostamente lhes permitem lidar com a vida "exterior" estão, na verdade, a minar a sua própria vida interior – e sofrem cada vez mais com esse conhecimento. Sem crenças que as sustentem, fogem de si mesmas, desse vazio interior crescente, e procuram refúgio

em distrações exteriores. Perdem o contacto consigo próprias, e a sua respiração interior vacila. Sentimentos de culpa e medo tomam conta.

Desorientadas e sem rumo, olham desesperadamente à sua volta à procura de uma saída. Se, neste momento, deparam com um texto de um dos mestres Zen, algo mais profundo fala-lhes imediatamente. Parece que respiram uma nova liberdade. Sentem como se uma brisa primaveril tivesse derretido subitamente a crosta gelada da sua existência, como se uma nova liberdade lhes fosse prometida e uma vida oculta chamada à existência. É isto que torna o Zen, em todas as suas formas, atraente: promete libertar a nossa verdadeira vida, o nosso verdadeiro ser, das falsidades e confusões que o sufocam.

O Zen fala com força vital, e sempre que fala, rompe a crosta do que é e mostra que pode tornar-se outra coisa. Destrói as ideias, conceitos e imagens arrumadinhas que nos sustentam e ajudam a manter-nos em funcionamento, mas que também nos afastam da vida real dentro de nós – uma vida que se expressa num processo de renovação interminável. O Zen toca na realidade dentro de nós – Vida, que transforma, redime e cria incessantemente, que está sempre a caminho de se tornar algo diferente e que não pode ser aprisionada numa forma fixa. O Zen escancara a porta e indica o caminho para o aberto.

É por isso que abala o cidadão ordeiro em todos nós, com a nossa afeição por rotinas diárias gastas; porque ameaça os guardiões dos valores aceites; porque enfurece todos os que dependem de “sistemas” para manter os seus pequenos mundos a funcionar sem sobressaltos; porque também é profundamente perturbador para todos nós que sentimos que nada é “real” a não ser que o possamos compreender racionalmente. O Zen oferece-nos algo que está completamente para além desse tipo de compreensão. Mas é precisamente isso que o torna tão atraente e tão promissor para todos nós que estamos fartos de vidas adormecidas pela indolência, ideias feitas e conforto fácil, e que procuramos novos horizontes, sedentos de vida verdadeira – vida verdadeira que só se inflama quando damos o salto do seguro e relativo para o perigoso e absoluto.

A LUZ DO ORIENTE?

O Zen promete-nos algo radicalmente novo – mas porque deverá isso vir do Oriente? Certamente que a misteriosa nascente também corre no Ocidente? De facto corre, mas apenas em segredo – escondida ou desacreditada pelo ímpeto do desenvolvimento da mentalidade ocidental. No Oriente, todos sempre souberam onde a encontrar, e as suas águas foram há muito canalizadas para um sistema complexo de canais que as mantiveram a fluir. Mas será que o Oriente ainda é o que era? Certamente que a ocidentalização já lhe tirou tudo o que tinha de seu para nos oferecer? Esta é uma questão que hoje se coloca constantemente.

Mas, tal como o significado da antiga cultura grega para nós, no Ocidente, não é de modo algum diminuído pelo que entretanto possa ter acontecido aos gregos, também o significado do espírito oriental e das suas realizações não é de modo algum afetado pelo desenvolvimento político, económico ou mesmo intelectual dos povos do Japão, China e Índia. Este desenvolvimento parece frequentemente ameaçar as

manifestações sobreviventes da antiga visão oriental – mas pode, de facto, estar a trazer-nos o espírito do Oriente plenamente pela primeira vez.

Isto torna-se mais claro se percebermos que a avidez com que os povos do Oriente agarram as ideias e o estilo de vida ocidentais reflete não só a necessidade de produtos e tecnologia ocidentais como chaves para a sobrevivência e o poder, mas também a necessidade mais profunda de desenvolver, finalmente, um lado do espírito humano que até agora têm negligenciado e de que o ser humano precisa para ser completo: o lado racional, que nos ajuda a explicar o mundo à nossa volta e a lidar com ele na prática.

Por outro lado, quanto mais somos levados por uma atração obscura a explorar as manifestações da antiga mente oriental, mais claro pode e deve tornar-se que a tensão que sentimos entre as mentalidades oriental e ocidental, em última análise, nada tem a ver com diferenças culturais, mas exprime um dilema humano fundamental. A psicologia profunda mostrou que um homem não pode ser um ser humano completo, e portanto um homem completo, a menos que reconheça o lado feminino da sua natureza, o leve a sério e tente desenvolvê-lo. Da mesma forma, nós, ocidentais, não podemos ser seres humanos completos nem cumprir o nosso destino como verdadeiros ocidentais sem reconhecer e desenvolver algo que, à primeira vista, parece oriental, mas que na realidade está à espera de ser notado e reconhecido em cada um de nós.

Numa forma especificamente oriental, o espírito do Oriente encarna qualidades e possibilidades humanas que a mentalidade ocidental obscureceu e impediu de se desenvolverem adequadamente, embora o ser humano seja incompleto sem elas. Neste sentido, a experiência e a sabedoria do Budismo, e em particular do Zen, não são simplesmente orientais, mas de significado humano universal — e, na verdade, de uma importância muito especial numa era que nos deu provas assustadoras dos perigos de desenvolvermos as nossas capacidades numa só direção.

SOBRE O QUE É ESSENCIALMENTE O ZEN

O Zen trata essencialmente do renascimento a partir da experiência do Ser. O Zen ensina-nos a descobrir o núcleo transcendente de nós próprios, num sentido imediato e prático, a "provar" o Ser divino no aqui e agora. Não tem nada a ver com lógica analítica, crença dogmática, ou sequer metafísica especulativa, mas aponta o caminho para uma experiência que podemos ter e, de facto, estamos destinados a ter. Uma vez que a vivemos, percebemos que a nossa existência terrena, entre os dois pólos da vida e da morte, está enraizada num estado transcendental do Ser, que constitui o fundamento oculto da nossa própria natureza e que nós, enquanto seres humanos, podemos e devemos trazer à consciência. Mas para ter esta experiência, e para que ela seja válida, é preciso primeiro abandonar a antiga consciência, que se cristalizou em hábito e determina a nossa maneira de pensar e agir.

O que isto significa enquanto possibilidade, desafio, caminho e consequência, o Zen ensina de modo válido não só para o Oriente, mas também para nós, ocidentais. E o Zen é particularmente importante para nós hoje, porque também nós devemos agora atravessar — supondo que nos demos conta de que chegámos ao ponto de travessia.

O mestre oriental usa uma prática rigorosa para levar o seu aluno até um ponto além do qual algo totalmente diferente e sem precedente se apresenta, e é precisamente aí que o desenvolvimento geral do espírito ocidental deixou muitos de nós atualmente.

Cada vez mais, as pessoas chegam a um ponto extremo em que estão cheias de raiva e desespero perante aquilo em que elas próprias e o mundo à sua volta se tornaram — mas também estão cientes de algo novo dentro de si, portador de uma promessa de liberdade.

No entanto, assim que o verdadeiro eu desperta, a inércia exerce o seu peso morto, protegendo as coisas como estão e impedindo-nos de fazer a passagem — e assim as forças da obscuridade e do atraso voltam a atuar hoje, usando as tradições sacrossantas da ciência e da religião como pretexto para travar o progresso do novo. Como sempre, os esforços dos reacionários, tanto abertos como encobertos, encontram apoio nas táticas mercantilistas daqueles que "vendem" o novo sem o compreenderem, ou a um preço demasiado baixo — difundindo ideias e práticas que são positivamente nocivas e impedem as forças do bem, que irrompem de todos os lados, de alcançar a vitória final.

Os conceitos de nada e de Ser, o limite e a travessia, Tao e Zen, já são discutidos por toda a parte. O tema é debatido, dissecado — e sobretudo distorcido, pois dão-nos a entender que podemos apreender o Zen intelectualmente e incorporá-lo em nós sem esforço ou mudança da nossa parte. Esta é uma forma de transformar algo que só tem sentido quando vivido e praticado plenamente numa espécie de jogo intelectual de salão. Em geral, somos demasiado inclinados a sucumbir ao feitiço das ideias abstratas e dos conceitos pomposos sem nos apercebermos das exigências práticas que fazem sobre nós, ou de qualquer modo relacionando-as connosco próprios.

Este é também o perigo se abordarmos o Zen da maneira errada. Devemos ser claros num ponto: o Zen pode parecer um sistema especulativo, as suas ideias e conceitos podem parecer puramente abstratos ao ignorante ou não iniciado — mas ele ocupa-se, na realidade e de forma premente, da nossa própria experiência no aqui e agora. Toca as nossas vidas, com os seus sofrimentos e o ciclo eterno de morte e renascimento, ao mais profundo nível e penetra na nossa verdadeira natureza, que está apenas à espera de ser descoberta e reconhecida.

Esta descoberta, se a fizermos, é o acontecimento decisivo da nossa existência humana — o acontecimento que quebra todos os moldes e transforma tudo. É com este acontecimento, e com nada mais, que o Zen se ocupa — com o satori, a "grande experiência", em que a Vida, que nos faz nascer e nos molda, que nos acalenta e incessantemente nos dá de novo à luz, e que nós próprios somos, se revela a nós e entra na nossa consciência.

Qualquer pessoa que tenha trabalhado suficientemente sobre si própria, ou que tenha sido deixada pela necessidade pessoal aberta a recebê-lo, pode esperar conhecer o satori, que nada tem a ver com crenças religiosas existentes — embora a sua natureza o coloque indubitavelmente no centro de todo o verdadeiro sentimento religioso, e assim faça dele a chave para toda a renovação da vida religiosa. Sempre foi assim, e continua a ser verdade hoje para aqueles que perderam o primeiro contacto instintivo com as verdades fundamentais da vida humana, que abandonaram

as crenças outrora enraizadas nessas verdades e depois distorcidas pela teologia, e que falharam nas suas tentativas de penetrar nos mistérios da vida apenas por meios racionais.

Quando nos conduz à verdade da vida, o Zen pode tomar a forma de uma flor no ramo oriental da árvore da vida — mas a experiência, a sabedoria e as práticas que oferece são oferecidas a todos.

Assim, o Zen tem um significado universal e não é uma religião especial nem uma Weltanschauung. Nem tenta impor formas estranhas a pessoas de outras tradições. Pelo contrário, o Zen é uma luz que brilha através de todas as janelas multicolores pelas quais as pessoas e os povos da terra procuram, conforme as suas naturezas e tradições, ver o que está para lá. É como a chuva; deixa crescer cada semente à sua maneira, mas sem ela nenhuma planta sobrevive. É a terra onde a vida tem todas as suas raízes, e na qual todos devemos afundar de novo as nossas raízes se queremos encontrar o caminho para nós próprios e sermos renovados. É o ar que toda a criatura humana respira e sem o qual toda a vida humana, em última instância, sufoca.

A RESPOSTA DO ZEN AO PROBLEMA DE VIVER

Na forma como nos chega do Oriente, o Zen é muitas vezes incompreensível. Para que nos possa ajudar, temos de conseguir despir-lhe os exteriores estranhos e separar os seus valores humanos universais, que são o que conta para nós no Ocidente, dos adornos do Oriente — do Budismo, do Budismo Mahayana e até mesmo do Zen oriental — tudo o que pode inicialmente mascarar a sua verdade universal perante nós.

Mesmo assim, só conseguiremos ouvir o que o Zen tem para nos dizer se o abordarmos não com um espírito de inquérito teórico, mas impulsionados pelas nossas próprias necessidades vitais. Nunca compreenderemos sobre o que é o Zen se tentarmos reduzi-lo a uma teoria — ou seja, se nos mantivermos à distância e tentarmos ser objetivos. À distância, o Zen simplesmente não existe.

Uma mulher amada existe plenamente e tem significado apenas para o homem que a ama, um inimigo só existe para quem o teme, um amigo só para quem é aquecido pela sua compreensão, e um curador só para quem procura uma cura. Da mesma forma, o Zen existe apenas como resposta viva a problemas reais da vida, aos sofrimentos e anseios de seres humanos individuais. Se tentarmos tomar o Zen objetivamente e julgá-lo segundo os padrões da lógica, da ética ou da estética, simplesmente perderemos o que ele tem para dizer, ou compreenderemos mal a sua mensagem e rejeitaremos tudo como obscuro e abstruso. Sempre que tentamos forçar o inexplicável numa imagem ou conceito, estamos na realidade a tentar domá-lo e torná-lo familiar — e há sempre o perigo de se perder o seu significado real e vital.

Os ocidentais tendem a ser prisioneiros da sua própria racionalidade, e há algo de grotesco e ingénuo na forma como julgam ousadamente as religiões — incluindo as suas próprias — em termos que as despem de qualquer significado real. O que resta é apenas a casca — imagens, rituais, palavras e conceitos vazios — que refletem algo que outrora foi sentido e pensado, mas que agora se separou da sua fonte viva e se

tornou sem vida e enganador. Uma religião viva (e só é religião quando vive) é sempre uma resposta às necessidades e anseios vitais da humanidade. A religião não pode existir nem ser compreendida de outra maneira.

Mas hoje em dia, tem-se a sensação de que muitos dos guardiões da religião — as igrejas e os eclesiásticos — estão eles próprios profundamente afastados do verdadeiro significado das "doutrinas" que professam. Caso contrário, dificilmente veriam como perigosa tentativa de subjetivizar algo objetivo a redescoberta do vínculo entre a revelação aprisionada no dogma e na prática convencional e os fundamentos vitais da crença no sentimento e experiência pessoal — como se os elementos sobre-humanos e transcendentais da religião não tivessem raízes e correspondentes no próprio ser humano.

Para continuar a ser uma força de ação no coração humano, a religião deve ser diretamente relevante para a vida e para os sofrimentos e aspirações que dão forma à vida, pois esta é a única área onde a religião é significativa, válida e vital. Quando a revelação já não fala ao coração humano, torna-se doutrina e depende do salto de fé para ter credibilidade — ou torna-se uma visão do mundo e é válida apenas enquanto a razão a aceita. Como poderiam, de outro modo, milhões dos nossos contemporâneos ter perdido a sua chamada fé, porque já não conseguem conciliar aquilo que lhes aconteceu, a si ou a outros, com as suas noções racionais-éticas de ordem divina e da justiça de Deus?

Existem muitas ideias erradas sobre a fé, e a maioria delas está enraizada na suposição de que a religião é objetivamente verdadeira e universalmente válida, nada tem a ver com a maneira como as pessoas realmente sentem, pensam e reagem, e precisa de ser protegida contra o elemento "meramente subjetivo" da experiência individual. Mas tudo isto falha o ponto essencial por três razões:

1. Precisamos da distinção entre o objetivo (conceptualmente definível) e o subjetivo (coloreado por sentimentos e desejos pessoais) enquanto tratamos de factos verificáveis — mas aqui estamos a entrar numa área onde não há factos objetivos ou científicos, onde o "real" só é real na medida em que existe numa consciência individual e provoca uma reação individual.

2. Se rejeitarmos toda a experiência religiosa como meramente subjetiva, esquecemo-nos de que a experiência religiosa — como qualquer outra experiência pessoal — se divide em duas categorias básicas: a experiência relativa e puramente individual de uma pessoa concreta, num tempo e lugar determinados; e a experiência pessoal que vem do verdadeiro centro do indivíduo, da sua natureza mais íntima, onde o tempo e o espaço não se aplicam. Este tipo de experiência não é psicologicamente determinada — embora as imagens que usamos para a transmitir e as palavras com que a interpretamos possam ser — e, por isso, não é "meramente subjetiva". Essencialmente, ela testemunha a natureza transcendental da humanidade, a qual, sendo feita de indivíduos, só pode falar através de uma pessoa concreta, num tempo e lugar determinados. Sempre que a verdadeira natureza humana — isto é, o modo como o Ser divino está presente em todos nós — se expressa assim a partir das profundezas, as suas palavras têm uma validade para além do tempo. Como poderiam, de outro modo, os ditos dos sábios e

grandes místicos, desde Lao-tse, continuar a tocar os corações daqueles suficientemente sensíveis para os ouvir, com as suas verdades intemporais?

3. Há uma terceira razão pela qual a ideia de que a experiência individual pode refletir uma realidade sobrenatural e transcendente não é tida a sério, ou é mesmo descartada. A teologia cristã reservou sempre os termos sobrenatural e transcendente para uma realidade divina totalmente para além do alcance humano — e isto significa que não estão disponíveis para descrever sequer as mais profundas experiências humanas, que são vistas como "intra-psíquicas" e, portanto, separadas da transcendência por um vasto abismo. Sem entrar em discussão teológica, é forçoso dizer que a experiência humana pode, sem dúvida, abranger algo que ultrapassa totalmente a razão natural e o seu poder de compreensão. Este tipo de experiência sente-se de maneira inteiramente diferente e invade-nos com uma energia misteriosa; na verdade, tudo isto é tão esmagadoramente diferente das nossas experiências quotidianas mais marcantes que, se chamarmos a umas físicas, naturais, humanas e mundanas, não teremos escolha senão chamar às outras metafísicas, sobrenaturais, transcendentais e do outro mundo. Deixemos em aberto a questão de saber se estas experiências são pré-teológicas (produto de uma piedade natural e, por isso, de menor valor do que a verdade teológica), ou se a teologia, que partilha a dualidade de todos os sistemas verbais (logos), não é completamente ultrapassada pelas realidades que nos são reveladas na experiência mística. Uma coisa, contudo, é certa: só podemos contactar as verdades transcendentais do Zen se a nossa própria experiência, o nosso próprio sofrimento, nos deixar abertos a recebê-las, e se as soubermos ver como resposta a esse sofrimento — ou como realização de uma promessa interior. Se o Zen é para funcionar connosco, a primeira pergunta é: "Qual é o sofrimento e quais são os anseios das pessoas do Ocidente para os quais o Zen, hoje, tem uma resposta?"

A HUMANIDADE OCIDENTAL — ANGÚSTIA E FIM DA ANGÚSTIA

SOFRIMENTO E PROMESSA — AS FONTES DA PROCURA

É o sofrimento, acima de tudo, que não dá descanso ao ser humano, que o mantém em movimento e o impele incessantemente para a frente. "Notai bem, todos vós que meditais e vos entregais à reflexão, o vosso corcel mais veloz no caminho para a perfeição é o sofrimento", disse Mestre Eckhart.

Se o sofrimento leva as pessoas a procurar, então é o alívio do sofrimento que procuram, e há uma clara implicação de que esse objetivo pode ser alcançado, a causa do sofrimento descoberta, e o próprio sofrimento eliminado.

Existem três causas básicas que fazem as pessoas sofrer. A primeira é a constante ameaça de aniquilação, a incerteza aterradora da vida e a sua transitoriedade, o que as faz ansiar por permanência, segurança, algo sólido a que se agarrar. A segunda é o desespero perante a falta de sentido da vida, o que as leva a procurar um significado permanente. A terceira é o sentimento de insegurança assustadora da vida, que as faz procurar um lugar de segurança permanente. A princípio, as pessoas confiam nas

suas próprias forças e tentam encontrar estabilidade, sentido e segurança no mundo exterior. Mas estão condenadas ao fracasso e, quando falham, procuram paz na quietude do Ser divino, onde o medo, o desespero e a tristeza se curam a partir de outra dimensão.

Mas se as pessoas são atormentadas pela impermanência, falta de sentido e desolação do mundo quotidiano, e procuram fora dele uma cura, isso sugere seguramente que existe alguma intuição profunda que lhes promete algo diferente, algo que podem experimentar diretamente e que elimina a incerteza, a falta de sentido e a insegurança, oferecendo-lhes permanência, significado e segurança de uma fonte diferente — algo que, na verdade, não é deste mundo.

A verdade é que ser humano não é simplesmente ser um ego, estar enraizado neste mundo e depender dele; é também atuar a um nível muito mais profundo como o meio através do qual o Ser procura manifestar-se no mundo, e assim participar do próprio Ser. É por isso que o sofrimento infligido pelo mundo e o desejo de se libertar dele não são a única causa da angústia humana. Outra é a perda da capacidade de servir como meio do Ser, isto é, a perda do contacto e união com o Absoluto em nós mesmos.

Mas o sofrimento não é a única coisa que impele o ser humano para o refúgio divino, onde cessam as errâncias, uma âncora de casa o chama, e o medo, o desespero e a tristeza acabam por repousar. Se respondemos ao sofrimento que grita dentro de nós por alívio, respondemos ainda mais profundamente à vida divina que anima o nosso ser mais íntimo e que procura constantemente manifestar-se em nós como plenitude, forma e unidade, num processo incessante de mudança e criação. É desta fonte que brota a energia totalmente nova que nos impulsiona — a energia que nasce da promessa sentida no interior, e do desejo de realização última que ela gera.

Se é verdade que é a promessa que nos serve de impulso real, então o nosso objetivo não é a redenção, mas o cumprimento dessa promessa — um cumprimento onde vitalidade, beleza e unidade se aperfeiçoam: não redenção de uma vida cheia de dor, mas o despertar para uma nova vida; não uma existência a esvair-se na estase do Ser, mas o Ser a manifestar-se criativamente nas múltiplas formas e ordens da existência. É verdade que esta é uma forma de ver ocidental, não oriental, cristã, não budista. Mas o caminho para essa realização atravessa um limiar comum: o satori, a grande experiência.

Os três componentes da felicidade humana são vitalidade, beleza e um sentido de comunidade acolhedora. Começamos sempre por confiar em nós próprios e procurar estas três coisas no poder, ordem e convivência, tal como o mundo os entende. Não as encontrando aí, acabamos por procurá-las da única maneira que faz sentido — no Ser, que transforma, realiza e nos faz renascer para uma vida nova.

Voltar-se para o Ser é voltar-se para dentro, mas voltar-se para dentro para aí encontrar realização seria certamente um exercício fútil se o que aí encontrássemos não fosse, de algum modo, absoluto e completamente separado do complexo agonizante ego-mundo em que, de início, estamos enredados.

E assim, hoje, as pessoas, amargamente conscientes das imperfeições da existência, são impelidas por dois factores na sua procura de algo melhor: uma perceção

avassaladora da relatividade do mundo e a perceção de um absoluto oculto — uma promessa sentida no mais fundo de si mesmas.

O caminho em frente conduz da angústia enraizada no velho eu à experiência do que realmente somos, e dessa experiência à realização num novo eu; conduz pela morte do velho eu ao nascimento de um novo eu a partir do que realmente somos — ou seja, ao verdadeiro eu.

O Zen conhece o Ser redentor e a vida que dele brota. O Zen conhece a nossa natureza interior, na qual o Ser está presente em nós, oferecendo-nos salvação e a genuína esperança de uma nova vida que nos transformará e renovará. O Zen conhece o muro que nos separa do Ser, e sabe como podemos derrubá-lo. Mas só compreenderemos o Zen se conseguirmos escutar dentro de nós aquilo que o Zen, à sua maneira, está a dizer. Para receber o dom que o Zen nos oferece, temos primeiro de perguntar a nós próprios: qual é a angústia, a angústia humana, que nos aflige hoje? E quais são os sinais que nos prometem que ela terá fim?

AS ALGEMAS DA CONSCIÊNCIA OBJETIVA

Os nossos problemas no Ocidente começam quando uma forma particular de consciência — ela própria uma etapa necessária no desenvolvimento humano — se apodera completamente e domina todas as outras. Esta é a consciência objetiva, que nos faz ver a realidade como algo “objetivo”, isto é, algo que existe sem referência a nós próprios, e faz-nos aplicar o critério da “objetividade” a tudo o que fazemos. Corajosamente lançamo-nos a compreender, controlar ou moldar o mundo à nossa volta, desvalorizando as nossas próprias aspirações e desejos como “meramente subjetivos”.

Mas ter sucesso ou fracassar apenas em termos de uma realidade “objetiva” é precisamente o que a vida humana não é. De facto, a vida humana é, antes de mais, uma questão de experienciar, transformar e realizar — ou falhar em realizar — a nós próprios subjetivamente, e é a alegria e a dor que nos dizem se e onde estamos a viver em consonância, ou não, com a promessa e potencial da nossa natureza mais profunda. Onde e como é que essa natureza mais profunda, o nosso núcleo mais íntimo, se pode tornar real senão no nosso eu subjetivo e na experiência subjetiva?

Se sacrificarmos não apenas as reivindicações do nosso pequeno ego, mas também as da nossa verdadeira natureza às de um suposto mundo “objetivo”, e negarmos e reprimirmos o nosso eu subjetivo em nome de uma vida que só se pode manifestar e realizar em “sistemas objetivos”, acabamos por perder o contacto connosco próprios e mergulhar numa espécie de dor que é particularmente e distintamente humana.

Falhar em compreender o significado do Budismo, e da sabedoria oriental em geral, é o mesmo que falhar em compreender a natureza desta dor e em reconhecer o perigo que nos ameaça a todos se permitirmos que este tipo de consciência, que tudo objetiva, tome conta de nós. As doutrinas salvíficas do Budismo e do Zen veem este perigo tal como ele é e sabem como nos salvar da angústia que causa.

A consciência objetiva, os seus sistemas e valores têm uma influência muito mais forte sobre a mente ocidental do que sobre a oriental, e é por isso que as manifestações do

espírito oriental muitas vezes parecem ao ocidental estranhas e difusas. Mas assim que o ocidental começa a perceber que as suas formas de pensar e perceber são incompletas, e a sentir-se desconfortável com isso, a promessa latente no espírito oriental começa a exercer o seu fascínio.

A verdade universal que o Zen encerra não é menos acessível ao ocidental de raízes cristãs do que ao oriental — mas só estamos verdadeiramente recetivos a ela quando sentimos pessoalmente a angústia e o perigo que o Zen procura remover. Por isso, não podemos fazer um contacto frutífero com o Zen até compreendermos o que é a consciência objetiva, porque é perigosa, e porque nos faz sofrer.

Se se pedir a um ocidental que diga o que é a realidade, ele responderá automaticamente a partir da parte da sua natureza subjetiva que está enraizada no ego objetivo, usando conceitos pertencentes a uma consciência condicionada pelas categorias de espaço e tempo de Kant e também enraizada no ego. Isto é perfeitamente natural para nós, mas não é necessariamente natural para todos.

Um oriental culto — mesmo um cientista que acaba de falar da realidade em termos ditados por esse ego — irá imediatamente “repensar” se lhe pedirem que diga o que é realmente a realidade, tentando responder a partir da parte do seu ser subjetivo que não está enraizada no ego, mas na natureza do Tao ou do Buda, ou seja, na sua “verdadeira” natureza.

E o que dirá ele? Pode simplesmente sorrir e não dizer nada, ou responder com símbolos, imagens e paradoxos que nada nos dizem. Se for obrigado a dizer algo, no entanto, surpreender-nos-á dizendo, antes de mais, que a realidade percebida pelo ego reflexivo é em si uma ilusão, que encobre a “verdadeira natureza” de toda a realidade, que nunca pode ser apreendida conceptualmente.

O nosso espanto resulta do facto de nós, ocidentais, nos identificarmos instintiva e totalmente com o eu da consciência quotidiana, e já não percebermos que a imagem da realidade impressa nessa consciência é extremamente limitada, que falha a realidade do Ser e é por esta superada. É neste ponto que devemos recorrer à epistemologia para obter uma imagem mais clara do que é a consciência objetiva.

O QUE É A CONSCIÊNCIA OBJETIVA — PORQUE É PERIGOSA

A visão objetiva da vida está enraizada no ego — o ego a que nos referimos quando dizemos “eu sou eu”. O princípio da identidade está assim no coração da consciência objetiva e da sua visão da realidade. Quando uma pessoa pensa em si própria, pensa em algo com que se identifica — algo que permanece firme no meio do fluxo dos acontecimentos. Este ego ancorado em si mesmo fornece o ponto de vista a partir do qual vê o mundo à sua volta, e a sua consciência define o que vê perguntando: “O que é isto?” e respondendo: “É isto ou aquilo”, cristalizando assim a vida em factos fixos, aos quais tem de se agarrar.

Tudo o que é percebido e experienciado é visto do ponto de vista do eu e relacionado com o eu — e torna-se, por assim dizer, o anti-eu. O mundo é algo que pode ser — ou foi — definido e compreendido objetivamente, e as coisas são “reais” apenas na medida em que estão enraizadas nesta realidade objetiva, que é por sua vez fixada

em conceitos. Isto significa que nada é real a não ser que tenha sido — ou possa ser — integrado num sistema conceptual. Se não puder ser integrado num tal sistema, ou ainda não é real ou deixou de o ser. É apenas "subjetivo" — feito de imagens, fantasias, crenças, sentimentos e desejos.

A pessoa que se identifica com o seu ego definidor e está ancorada na consciência objetiva é afetada de duas formas: primeiro, tem uma forma especial de ver, uma "teoria" sobre o que deve ser considerado real e assim assumido; segundo, adopta uma visão pragmática especial do mundo, classificando tudo entre o que conta e o que não conta para si. Ao olhar para o mundo, só aceita como real aquilo que vê como tendo uma existência definida "fora" de si. Da mesma forma, a única coisa que o torna real a si próprio é ter um ponto de vista definido e manter-se nele — e esse ponto de vista determina o significado positivo ou negativo de tudo o resto.

A objetividade em geral nada tem a ver com objetos físicos, mas é uma das formas de trazer as coisas à consciência e ancorá-las nela. Tem o seu próprio tipo de consciência, governada pelo ego, o eu que define o anti-eu e regista objetos ("objetos da consciência") apenas em contraponto a si próprio. É por isso que as antíteses são outra característica desta consciência. Vendo-se como algo que se identifica consigo próprio, o ego vê tudo o resto como algo que contrasta consigo, gerando a típica dualidade sujeito/objeto da consciência objetiva.

Do mesmo modo, sempre que o ego vê algo como tendo uma existência definida, também o separa de outras coisas à sua volta (é "isto" e não "aquilo"), quebrando imediatamente toda a realidade percebida não só em objetos, mas em objetos antitéticos. As antíteses, tal como a objetividade, são uma característica básica da realidade construída pelo ego definidor.

A consciência que percebe objetivamente e opera com antíteses ou dualismos vive e morre — tal como a realidade com que lida — com o ego ancorado em si. "Aqui/ali", "antes/depois", "em cima/em baixo" existem apenas em relação ao ego fixo no centro da consciência e à realidade percebida por esse ego. Assim vemos que o espaço e o tempo são os princípios naturais de organização da visão do mundo do ego autodenominado e definidor de tudo, e dizem apenas respeito à forma como a vida é trazida à consciência em relação a esse ego. Mas o que acontece se esse ego desaparecer?

A pessoa identificada com o seu ego vê naturalmente a realidade apresentada por esse ego como a totalidade da realidade, e descarta como irreal tudo o que não foi feito, ou não pode ser feito, para se encaixar nela. Tudo o que o afeta e não pode ser definido objetivamente — sentimentos, crenças, experiências demasiado profundas para serem expressas por palavras — tem de ser rotulado e ajustado ao sistema antes de poder ser reconhecido. No melhor dos casos, constitui uma espécie de forma preliminar de consciência objetiva, a única com autoridade para processar a realidade "tal como ela é".

Do mesmo modo, o único sujeito autorizado da perceção é o ego que percebe, incarnado nessa consciência. Não existe nada fora do ego, e se o ego desaparece, assume-se que toda a realidade — e o próprio — desaparece com ele.

Esta visão da vida não oferece fuga à dor do aprisionamento na consciência objetiva. É a maneira de pensar de quem não tem existência subjetiva fora do ego; mas está enganado, e a angústia espiritual mesmo dos ocidentais cultos só é agravada pela sua tendência "natural" para pensar nestes termos. O reconhecimento deste erro é um dos traços fundamentais de toda a sabedoria oriental. Eliminá-lo e ensinar o caminho que conduz para fora da angústia é a preocupação central e universalmente significativa do Zen.

O Ocidente diz: Se este ego deixa de existir, a realidade significativa desaparece com ele. Mas o Oriente diz: Só quando este ego e a realidade que ele formou deixam de existir é que a "verdadeira natureza" do ser humano se liberta e a verdadeira realidade surge — e só a partir desta realidade pode emergir o essencial, o maior, o verdadeiro eu.

O Zen diz que, longe de "não restar nada" quando uma pessoa deixa cair o seu ego habitual — e pode fazê-lo —, toda a vida está presente de uma forma diferente, ou seja, está realmente presente pela primeira vez. O indivíduo deixa de ser um sujeito que percebe o mundo apenas como uma multiplicidade de objetos definidos, e torna-se um sujeito em quem a vida chega à consciência internamente como algo que transcende objetos e antíteses.

Esta nova visão depende de um alargamento da consciência, um salto qualitativo que todos devem dar a certa altura do seu desenvolvimento — o salto que nos leva da vida escrita em minúsculas à Vida com maiúscula, do relativo ao Absoluto, daquilo que naturalmente somos àquilo que a iluminação nos pode tornar — pessoas cujas vidas estão enraizadas num novo saber. A iluminação abre a porta ao segredo. Que segredo? A nossa própria natureza interior, inicialmente escondida do olhar do ego mundano, na qual o Ser supra-mundano habita em nós. É com este salto para o Ser que o Zen se ocupa.

Chegou a altura de dar este salto quando o Ser, que está presente em nós desde o início, sustentando-nos e alimentando-nos sem qualquer esforço da nossa parte, foi totalmente dominado e obscurecido pela consciência objetiva. É exatamente este o ponto a que muitos de nós chegámos hoje, mas é também o ponto onde, no Ocidente, enfrentamos um grande problema e desafio: para libertar a nossa verdadeira natureza, temos de questionar uma forma de ver que não só colore e molda toda a nossa perceção do mundo, como também nos deu as nossas maiores realizações, os feitos extraordinários da ciência e tecnologia ocidentais. Como resolver este dilema?

Há muito tempo, os nossos antepassados medievais tiveram de romper com o nevoeiro das imagens sagradas da realidade, construídas pela mente pré-racional, que impedia a mente racional de ver essa realidade com clareza. Essa rutura deu origem ao novo ser humano, autónomo, desprovido de preconceitos, observando a natureza à distância e utilizando conceitos racionais para a medir objetivamente, acabando por a controlar. Agora chegou a altura de abrir uma nova era, dissipando o nevoeiro de outro sistema fixo e avançando para o aberto, pois o novo mundo diante de nós está, em parte, oculto pelas próprias energias que produziram a última era e a tornaram grandiosa — mas que agora se cristalizaram num colete de forças. Hoje, a mente racional é a barreira.

A ciência sonda as profundezas da natureza, a tecnologia conquista literalmente os céus, o nosso talento universal de organização e todas as outras coisas de que, com justiça, nos orgulhamos no Ocidente — tudo isto deixou-nos com uma fixação sobre a consciência racional a que tudo isto devemos, de tal forma que tudo o que essa consciência não pode apreender imediatamente nos parece duvidoso. Mas agora os novos valores que guardam a chave do futuro irrompem do outro lado da natureza humana, o lado que a razão não pode penetrar. Há mais sinais do que suspeitamos de que uma nova era está a nascer.

Mais pessoas do que imaginamos têm experiências em que a sua verdadeira natureza lhes fala, experiências que as inquietam e alegram por, de repente, lhes trazerem a sensação de uma nova realidade para lá da que conhecem — uma realidade carregada de energia salvadora, cheia de promessa e a exigir-lhes novas respostas. Já não se trata de compreender e controlar o mundo objetivo e tangível, mas de ver a verdade da natureza transcendente, que está presente em nós e no mundo à nossa volta e, quando chega à consciência, transforma as nossas vidas e dá-lhes horizontes inteiramente novos. Mas quem nos pode ensinar, a nós ocidentais, a prestar atenção, antes que seja tarde demais, às experiências em que essa natureza nos fala?

Aqui reside o significado do Zen. Tudo o que o Zen diz respira o ar da outra realidade, maior, que se abre diante de nós quando lançamos fora as algemas da consciência objetiva. Tudo o que o Zen faz centra-se em levar estas experiências a sério. Elas próprias nunca resultam de especulação abstrata, mas irrompem inesperadamente das trevas da angústia existencial ou da aurora cintilante da promessa existencial, no limite daquilo que ainda pode ser racionalmente compreendido. Todos os exercícios práticos do Zen têm como finalidade preparar-nos para essas experiências, que transcendem as velhas fronteiras, mas para ver ao que verdadeiramente visam, temos de observar mais de perto de que modo a visão objetiva da realidade afeta de facto a vida humana.

A DOR DE VIVER

Quando a consciência objetiva domina o pensamento de uma pessoa, o seu principal objetivo de vida é afirmar-se adquirindo riqueza, prestígio e poder. É vital — e não apenas para compreender o Zen — perceber que a prática da assertividade e a teoria "objetiva" têm o mesmo ponto de partida: o ego constantemente preocupado em assegurar a sua própria sobrevivência e defender a sua posição.

Se este ego é o indivíduo, ele não só vê o mundo à sua volta como um sistema fixo de factos, dando-lhe algo a que se agarrar e por onde se orientar; vê-se também como o centro natural da existência tal como a vive, isto é, como um ego com direito a ser — e a permanecer — o que é.

Se este ego é o indivíduo, ele não só diz "eu sou eu", mas acrescenta "eu continuarei a ser eu". Basicamente, vê tudo o resto em contraste com esse "eu", ou confirmando ou contestando a sua vontade de permanecer o que é, ou disposto a acompanhar ou a afastar-se de propósito. Nunca diz sim a nada — por mais que pudesse ganhar em sentido pessoal ou de desenvolvimento ao fazê-lo — sem primeiro deixar claro que a sua vontade de continuar a ser o que é não pode ser posta em causa.

A maior ameaça ao ego é a mudança constante, a aparente impermanência de tudo, e, por fim, a morte. As notas fundamentais da existência — a constante ameaça de extinção, de falta de sentido e de vulnerabilidade — giram, em última análise, em torno de uma coisa: a determinação do indivíduo em se preservar em circunstâncias seguras, que façam sentido, e onde possa viver em segurança com os outros. A existência só é aceitável se todos os perigos forem eliminados, só tem sentido se decorrer entre sistemas de significado e valor seguros. Acima de tudo, ele quer que as coisas sejam definitivas — e quer conservar o que tem.

É por isso que se agarra às suas atitudes, resiste à mudança externa, mantém os seus bens, e, mesmo no domínio do pensamento e do conhecimento, se aferra às suas opiniões assim que as forma. Enredado em conceitos fixos, quer que a vida seja uma mistura de cabana e castelo, combinando segurança com conforto, permitindo-lhe usufruir da estima dos outros como ele e entregar-se silenciosamente ao prazer da sua própria companhia e de tudo o que o mantém feliz.

Mesmo quando abraça uma causa e sacrifica o seu ego puramente egoísta por uma coisa, projeto ou comunidade, assume que está em causa algo duradouro — uma causa, uma comunidade, ou mesmo um sistema de valores. A consciência objetiva pode de facto produzir esforço altruísta bem como assertividade descarada — desde que esse esforço sirva algo “objetivo”. No centro desta visão da vida física segura, intelectualmente significativa e espiritualmente reconfortante, o indivíduo identificado com o seu ego-mundo pode resistir indefinidamente.

Até aqui, tudo bem, mas a conta não bate certo, porque isto não é o que a vida é nem o principal está presente. O principal na vida humana nunca é o ego a girar em torno de um ponto fixo, mas uma natureza interior a partir da qual e pela qual uma vida maior procura manifestar-se numa mudança constante, abrangendo tudo e incluindo o ego. Uma pessoa aprisionada no seu ego é como uma lagarta a sonhar com o paraíso — não apenas um paraíso sem pés para a esmagarem, mas um paraíso sem borboletas, apesar de a borboleta ser o significado oculto da lagarta e estar destinada a fazer explodir a sua forma presente.

A natureza interior só pode manifestar-se em mudança constante, mas o ego e a sua vontade de permanecer o que é tornam a mudança impossível, sempre a girar em torno de um ponto fixo — mesmo que esse ponto fixo seja apenas o código que determina como as pessoas de determinada comunidade se comportam. É assim que começa um tipo específico de angústia humana. E esta angústia aumenta à medida que o indivíduo se torna inevitavelmente vítima de um mundo que ele próprio quis criar: o mundo racionalmente ordenado, eticamente determinado e tecnicamente regulado em que vivemos hoje, o mundo que esgotou os nossos recursos interiores e agora ameaça esmagar-nos.

DESPERSONALIZAÇÃO DO INDIVÍDUO

O Ser é a força animadora de tudo o que vive, e proporciona um impulso triplo: todo o ser vivo procura viver; todo o ser vivo procura não apenas viver, mas tornar-se plenamente e de forma única ele próprio; e todo o ser vivo procura realizar-se numa totalidade transcendente. Este triplo impulso é inato e universal, e nele pressentimos a

plenitude vital do Ser, que gera, sustenta e renova tudo o que existe. Nele vemos a regularidade e a ordem da forma inerente que subjaz ao espectro completo dos fenómenos individuais. Nele sentimos a unidade do Ser em que tudo, em última análise, é uno — a unidade de onde tudo nasceu e para a qual tudo constantemente anseia regressar.

Quando o Ser entra na consciência e enquanto permanece, dá-nos uma força básica e confiança na vida, testemunha a nossa verdadeira natureza, exprime fé numa ordem universal condizente com essa natureza e empresta-nos a segurança que vem de nos sentirmos parte de um todo mais vasto e da paz do coração.

Mas à medida que o ego gradualmente se afirma e enfraquece o nosso contacto com o Ser, as forças inconscientes que até então apoiaram, protegeram e deram sentido à existência transformam-se em intenções e desejos conscientes, como, por exemplo, o desejo de segurança numa existência em que respondemos ao mundo tal como o vemos, confiando no que sabemos, possuímos e somos capazes de fazer; o desejo de moldar e ordenar as coisas em padrões que façam sentido para nós; e o desejo de convivência humana e do conforto que ela oferece.

O Absoluto foi a nossa primeira casa, mas agora mudamo-nos para uma nova estrutura relativa que nós próprios construímos e que nos faz sentir seguros porque sabemos como funciona e porque funciona assim.

Contudo, ao vivermos exclusivamente neste novo sistema e ao aceitarmos apenas o que nele encaixa, começamos a afastar ainda mais o Ser, e a nossa verdadeira natureza vai desaparecendo da consciência. À medida que nos identificamos, nos deixamos escravizar e nos escondemos atrás de artefactos e sistemas da nossa própria criação, corremos cada vez mais o risco de sermos devorados por eles. Hoje este processo afeta as pessoas de três formas: vítimas de sistemas impessoais por si próprios criados, estão a transformar-se em objetos; são forçadas a reprimir a sua individualidade; já não lhes é permitido levar a sério a sua própria dimensão transcendental.

Hoje há cada vez menos espaço para indivíduos com os seus próprios sofrimentos e aspirações de felicidade e sentido — indivíduos que conduzem a sua vida e exigem a liberdade de o fazer; pois, à medida que a vida se despersonaliza, o próprio indivíduo transforma-se numa coisa, num componente, num objeto. É visto como coisa, tratado como coisa, e tem de viver como coisa. Mesmo as ciências que o estudam, como a medicina e a psicologia convencionais, restringem-se ao que pode ser racionalmente definido e apreendido, ao que pode ser transformado em coisa.

Onde quer que esteja, e sobretudo no trabalho, está à mercê do mundo organizado à sua volta — uma pequena engrenagem na maquinaria omnipotente e omnipresente, interessada apenas em resultados e ordem. Todas as suas funções são mensuráveis, e ele próprio reduz-se a simples funcionamento, como outra máquina qualquer.

O facto de não ser uma coisa, mas um ser humano, com vida própria, com os seus sofrimentos, as suas aspirações e o seu direito de ser plenamente ele mesmo, nada significa para os sistemas objetivos nem para os que os dirigem — ou só tem importância quando os seus problemas pessoais ameaçam perturbar o bom funcionamento do sistema que deve servir, e servir de forma produtiva.

A humanidade de uma pessoa reduz-se enormemente quando ela se torna mero objeto de conhecimento racional, parte de um sistema fixo, fonte de um produto que pode ser objetivamente medido. Para singrar, tem de deixar ir a sua “alma”; para servir como peça sobressalente, tem de sacrificar a sua própria individualidade. Em suma, tem de se “ajustar” às necessidades de um mundo totalmente organizado, no qual tudo se espera que funcione sem falhas. No entanto, no fundo, só pode “ajustar-se” se uma vida sem problemas se tornar realmente a sua máxima ambição. Quando isto acontece, quando uma existência superficialmente livre de dificuldades se torna o alvo principal, fugir da dor e do sofrimento parece perfeitamente razoável, e tudo o que abafe e oculte o sofrimento inerente à vida humana torna-se aceitável.

Mas viver assim é perder a verdade da vida, e viver uma mentira pode conduzir à doença e à angústia. Mesmo a doença e a angústia, contudo, são rapidamente aliviadas numa civilização que cada vez mais se assemelha a uma gigantesca fábrica a produzir remédios para permitir que as pessoas continuem a errar — sem dor. A sua dor está lá para lhes dizer que algo está errado, mas em vez de lerem os sintomas e mudarem de rumo, abdicam da liberdade de moldar a própria vida e perseguem a miragem de uma vida que parece serena, mas carece totalmente de profundidade transcendental.

Quem faz esse pacto com o mundo e vive a vida sem preocupações deixa de precisar de Deus e sente-se finalmente livre — mas só porque já não tem consciência das suas correntes. Esquece as exigências da sua verdadeira natureza e as suas raízes no Ser transcendente. Mas, apesar de tudo, a sua verdadeira natureza continua lá, como centro real e como meio pelo qual o Absoluto procura manifestar-se nele. Está vagamente consciente de uma luta interior, e a sua vida — a não ser que perceba o que se passa e aceite o desafio — é governada por uma mentira. Se isto o faz sofrer, e se alguma das suas crenças de infância sobreviveu, pede a Deus força para continuar a viver nesta mentira — e pensa que mostra humildade quando, na verdade, está apenas a fugir de si próprio.

Eliminar os valores pessoais, e especialmente as aspirações pessoais, objetivar tudo, perder a individualidade e negar o Ser transcendente — é atacar a totalidade e a essência da condição humana. É isto que acontece quando a existência se torna totalmente mundana ou “secularizada”, e perdemos de vista o Ser supra-mundano, que detém a chave da existência real, que estamos destinados a manifestar, e cuja presença interior, transformadora, vivificante e imperiosa é a única coisa que nos pode salvar.

Mas, na realidade, é apenas a visão disso que se perde, pois, no fundo, cada ser humano permanece sempre o que é, um sujeito pessoal e individual, enraizado na transcendência. Por isso, a sua verdadeira natureza, se constantemente reprimida, acaba sempre por fazer sentir a sua presença e, finalmente, levanta a bandeira da revolta. Tudo o que se faz para transformar uma pessoa numa coisa apenas a aproxima do dia em que inevitavelmente percebe que a vida verdadeira começa quando abre a porta aos valores pessoais. Só a negação constante da sua individualidade faz realmente começar a sentir as exigências que lhe são próprias.

Percebe que a racionalização da vida sacrificou o elemento feminino ao masculino na constituição humana, e que esse elemento feminino precisa de ser restaurado — e

percebe também que a individualidade humana tem um direito absoluto à realização. Quando esse direito é negado, o indivíduo adoece; é atormentado por sentimentos de medo, vergonha e desolação para os quais não encontra causa evidente. As forças reprimidas da sua natureza mais profunda irrompem e voltam-se contra ele sem que ele se aperceba, encontrando variadas vias autodestrutivas e auto-estagnantes. A angústia é um sintoma comum hoje em dia, e é sempre sinal de que a natureza interior de uma pessoa está a sufocar.

À medida que as raízes transcendentais da sua humanidade escapam à consciência, e à medida que as exigências secretas mas imutáveis dessa dimensão deixam de encontrar satisfação nas formas de crença que também foram transformadas em coisas, as pessoas tornam-se cada vez mais vítimas do mundo profano que elas próprias criaram.

Finalmente, quando a dor se torna insuportável, quando já não podem fugir de si próprias, têm de escutar a voz interior, olhar de perto para as experiências internas que antes ignoraram e procurar caminhos que levem a um novo sistema de crença. No sentido mais pleno, este processo devolve as pessoas a si mesmas. Está hoje a decorrer com força — e ganha novo ímpeto pelo facto de a ênfase nas coisas e na organização ter também roubado às comunidades onde as pessoas vivem e aos trabalhos que desempenham o elemento central e sagrado que outrora lhes dava algo sólido, significativo e seguro a que se agarrar.

A DISSOLUÇÃO DOS LAÇOS COMUNITÁRIOS

As exigências individuais da natureza interior de uma pessoa passam despercebidas enquanto ela permanece parte de um todo privilegiado, de uma comunidade orgânica que a apoia, dá sentido à sua vida e lhe oferece segurança. As suas aspirações mais profundas subsumem-se nas aspirações da comunidade como um todo, e a sua natureza pessoal não é negada, mesmo que a comunidade ignore as suas preocupações puramente pessoais. Quando é verdadeiramente parte da comunidade, a comunidade vive subjetivamente nele. O que ela é determina o seu comportamento, e as formas de se relacionar e coexistir com os outros têm valor e sentido para si e para os outros, em função da vida que partilham.

Ao identificar-se com ela, sabe — mesmo quando é forçado a reprimir os próprios desejos — que está a realizar-se de uma forma que, não sendo ainda pessoal, é ainda assim plenamente humana. Só quando a comunidade se desagrega e é substituída por um “coletivo” impessoal, quando o orgânico se torna organizado, e quando apenas contam os valores objetivos e pragmáticos, é que tudo muda. Avaliado unicamente em termos de produtividade e eficiência e ignorado enquanto “pessoa”, o indivíduo deixa de ter quaisquer referências fora de si, e o sentido básico da sua vida — agora apenas problema seu — torna-se um problema que terá de enfrentar e resolver sozinho.

À medida que a sociedade evolui cada vez mais nesse sentido, educando as pessoas apenas para ocuparem o seu lugar como componentes produtivos em sistemas objetivos, as suas naturezas interiores entram em contradição e rebelião logo desde cedo. Os jovens — e mesmo as crianças — deparam-se com problemas interiores que simplesmente não existem enquanto a vida familiar permanece vigorosa e estável. A

realização pessoal torna-se uma questão vital desde muito cedo, e os jovens mergulham numa confusão sem esperança.

Integração indolor na comunidade e absorção gradual dos seus valores, ética e regras de conduta costumavam ser a norma — mas isto está agora a ser substituído por uma conformidade rígida e pela aceitação forçada de ideais, padrões e convenções que parecem cada vez menos convincentes e que já não podem ser vividos como algo natural. Se uma pessoa ainda se orienta instintivamente pelas coisas que lhe foram ensinadas na infância e pelos antigos padrões e crenças, desenvolvem-se sérios conflitos internos quando, eventualmente, tem de se desenrascar sozinha. Sente que chegou o momento de trilhar o seu próprio caminho e de dar rédea solta à sua verdadeira natureza persistente, mas sente-se culpada — ou porque está a trair os padrões que lhe foram incutidos, ou, se se mantém fiel a eles, porque está a trair-se a si própria.

Quando este ponto é atingido — e inúmeras pessoas já chegaram aí hoje em dia — não há caminho de regresso. O único caminho é em frente, corajosamente em frente até à única fonte verdadeira da existência pessoal e da decisão pessoal. Esta fonte não é outra senão o domínio da experiência pessoal e a voz inconfundível da verdadeira natureza humana que daí emana. Obviamente, quando valores objetivos que perderam credibilidade são rejeitados, os instintos e impulsos normalmente refreados em comunidades orgânicas tendem a manifestar-se.

É evidente que estes devem ser subordinados ao código da comunidade, à consideração pelo próximo e às obrigações espirituais — embora o verdadeiro conflito já não seja entre o egoísmo instintivo e o altruísmo, mas sim entre a lealdade à comunidade e a realização da verdadeira natureza do indivíduo. A rebelião dos jovens já antecipa a rebelião da verdadeira natureza — o novo eu que atingiu a maturidade e insiste em ser reconhecido e visto tal como é.

O primeiro passo decisivo para esta maturidade é dado ao virar-se para a experiência sobrenatural, tal como as pessoas de hoje estão a fazer — prestando atenção àquelas experiências nas quais a verdadeira natureza, o meio no qual o Absoluto está presente e procura manifestar-se em nós, se expressa como desafio e como promessa.

Esta experiência surge como o clímax de um processo de maturação em que primeiro nos perdemos e perdemos o contacto com a nossa verdadeira natureza, mas acabamos por reencontrá-la e ouvir novamente a voz da sabedoria que vem das profundezas do nosso ser. O propósito do Zen é trazer estas profundezas à consciência.

PRESSÁGIOS DE MUDANÇA

DA EXPERIÊNCIA NATURAL À SOBRENATURAL

A repressão da nossa verdadeira natureza é o caminho mais certo para o abismo mais profundo do sofrimento humano — e é desse sofrimento que nasce subitamente o anseio de encontrar o caminho de regresso a uma vida impregnada dessa verdadeira natureza. Ontem ainda tomávamos como certo que a nossa tarefa na vida era dominar o mundo e encontrar o nosso lugar nele; hoje este objetivo já não basta. Parece

demasiado estreito, demasiado superficial, uma vez que sentimos a presença de algo mais profundo em nós: a vida verdadeira, supramundana, que irrompe inexoravelmente em direção à luz.

Esta vida nunca está imóvel, está sempre a mudar, e qualquer sistema fixo desvia o seu impulso vital. Sempre que isso acontece, instala-se uma estranha inquietação, sentimentos inexplicáveis de medo, culpa e vazio, que nenhum dos remédios do quotidiano consegue curar. Podemos sentir-nos seguros, mas o medo persiste. Podemos viver virtuosamente, mas a culpa permanece. Podemos ser ricos, mas o vazio mantém-se. O verdadeiro problema encontra-se noutro sentido.

O sentimento de anseio sentido pelas pessoas de hoje esconde o conhecimento oculto de uma plenitude que flui da verdadeira natureza humana, que não depende de nada e pode quebrar a nossa dependência de todas as coisas ao alcance do ego mundano — riqueza, posição e poder. É o conhecimento de um sentido para lá do sentido ou do absurdo, da justiça ou da injustiça, tal como o ego entende estes termos; conhecimento do eu interior, revelando-se incessantemente num padrão sempre mutável de formas que se fundem e emanam umas das outras; conhecimento de uma segurança nascida de um amor que nada tem a ver com o amor humano e rompe a nossa dependência desse amor — um amor que retira toda a dor à solidão.

Este conhecimento oculto sustenta o grande anseio, e nele a nossa verdadeira natureza está em ação. Nele, o Ser está presente em nós de forma a tornar-nos estranhamente independentes de tudo aquilo a que o ego centrado no mundo se agarra. É um conhecimento que nada tem a ver com a lógica comum da consciência objetiva, e que torna sem sentido a pretensão orgulhosa dessa lógica de ser a única que conta. Primeiro sentimo-lo de forma vaga, na periferia da consciência. Mais tarde, sentimos isso como uma promessa.

Mais tarde ainda, ouvimo-lo como uma voz; e essa voz torna-se progressivamente mais clara, mais esperançosa e mais desafiante. Somos invadidos por um novo sentido de propósito e, finalmente, começamos a perceber a importância dos momentos em que este conhecimento primeiro brilhou em nós ou — de forma ainda mais intensa — esteve presente, por breves instantes, como uma certeza. Só neste ponto é que podemos reconhecer os verdadeiros pontos de viragem na nossa vida, os momentos gloriosos em que o Ser nos fala, mas que rejeitamos como irreais enquanto nos apegamos ao que é tangível.

Só neste ponto estamos dispostos a escutar aqueles que já tiveram essas sensações antes de nós, reconheceram a sua importância e fizeram delas o primeiro passo num caminho onde essa experiência momentânea se revela progressivamente como a única realidade verdadeira. Neste ponto, estamos também prontos para a sabedoria do Oriente, que nunca deixou de escutar a voz do conhecimento oculto — e de a obedecer como guia infalível no caminho interior.

Esta é a diferença central entre a cultura do Oriente e a civilização do Ocidente: a nota dominante no Ocidente é a forma — a forma que a pessoa impõe ao mundo (sistemas objetivos) e a si própria (personalidade); no Oriente, a nota dominante é a maturidade — maturidade alcançada seguindo o caminho que todo o ser humano deve percorrer para se tornar uma pessoa no sentido mais pleno. Este caminho é o da experiência

interior — da transcendência presente em nós — e a nova era anuncia-se ao focar-se nessa experiência.

A mente ocidental, até agora, apoiou-se em dois pilares: o conhecimento racional derivado dos dados dos sentidos naturais e a crença numa revelação sobrenatural. O Oriente, que nada tem de equivalente à crença cristã e nunca procurou na razão pura uma explicação para o sentido e o propósito da vida, encontra o verdadeiro conhecimento e a chave da natureza humana tal como ela é noutra coisa: a experiência sobrenatural e a revelação natural. Este entendimento só surge quando ultrapassamos os limites dos nossos poderes naturais, e só nos é útil se estivermos preparados para levar a experiência interior a sério e deixar que a voz interior nos guie.

Tem dois componentes: a convicção de que existe uma realidade superior que merece fé e a convicção de que já podemos pressentir essa realidade como algo presente em nós, aqui e agora. Durante muito tempo, isto foi considerado propriedade privada do Oriente ou de alguns privilegiados do Ocidente, mas começa agora, lentamente, a tornar-se consciente para todos e até — em momentos de iluminação profunda — tornou-se, para muitos, uma certeza pessoal. Os ocidentais, não menos do que os orientais, têm momentos fatais em que o Ser ganha vida dentro de si — mas os ocidentais ainda não foram ensinados a compreender o que se passa e a perceber a sua importância. É aqui que o Zen pode ajudar — pode ajudar-nos.

Quais são estes momentos fatais? São os momentos em que algo mais profundo nos toca inesperadamente e nos eleva, de repente, para outra realidade. Esta experiência pode surgir, como uma luz transformadora, quando o nosso mundo é obscurecido pelo sofrimento, e pode surgir, lançando de súbito um brilho sobrenatural sobre tudo, quando atingimos um auge de felicidade mundana. Pode ocorrer quando as nossas forças, sabedoria e resistência espiritual se esgotam e desesperamos — se aceitarmos esse desespero e virmos que o novo eu que emerge quando o antigo colapsa é aquilo que realmente somos.

Por vezes, surge quando a aniquilação ameaça, quando de repente conseguimos encarar a morte sem vacilar e sentimos uma nova e desconhecida vida em nós — dando-nos a convicção inexplicável de que nada nos pode atingir, de que podemos tudo. Por vezes, surge quando somos invadidos pelo desespero perante a falta de sentido da vida ou por um sentimento esmagador de culpa. Se conseguirmos aceitar o inaceitável, se conseguirmos suportar o insuportável, então — ao aceitar, ao suportar, e à medida que as nossas forças se esgotam — podemos de repente experimentar uma luz interior que nos ilumina por completo, que nada tem a ver com compreender algo em particular, mas que muda toda a base da nossa compreensão.

Por vezes, isto também acontece quando aceitamos uma solidão ou impotência de uma intensidade tal que ameaça a nossa própria sobrevivência; mesmo quando nos consome, podemos ter uma súbita sensação de sermos amados e protegidos a um nível mais profundo, de estarmos enraizados numa relação íntima com algo que não conseguimos definir. Esta é a experiência ancestral da unidade essencial de todas as coisas no Ser, na qual cada pessoa tem uma parte. Esta súbita e inexplicável sensação de estar firmemente ancorado em poder, clareza e amor é uma expressão do mistério que está a ser revelado na própria humanidade — o mistério do Ser, na

cuja plenitude, ordem e unidade toda a existência está enraizada e se renova constantemente como vida, sentido e segurança.

Quem pode saber quantas vezes os horrores do campo de batalha, dos bombardeamentos, da prisão ou dos campos de extermínio — em suma, os momentos mais sombrios — trouxeram as pessoas face a face com o poder divino dentro de si mesmas, inundando-as subitamente de luz no momento do desastre supremo? Este é o tesouro oculto da humanidade moderna: a experiência de algo "totalmente diferente", que permitiu a incontáveis homens e mulheres não só suportar o insuportável, mas também dar testemunho da verdadeira natureza, que apenas espera ser reconhecida, ouvida e aceite.

Quantos sentiram a força que surge quando a morte parece certa — e é aceite humildemente? Quantos viram surgir a compreensão a partir do desespero quando deixaram de procurar razões e aceitaram aquilo que não podiam compreender? Quantos sentiram a segurança inexplicável em que a solidão extrema pode transformar-se quando o insuportável é suportado? Mas quantos poucos perceberam o significado de tudo isto — embora muitos tenham ficado com uma nova esperança, uma nova fé e uma nova determinação de procurar o caminho para a vida e a verdade que são o verdadeiro legado da humanidade. O Zen sabe o que tudo isto significa, e o Zen conhece este caminho.

Assim vemos que existem três fatores a levar os ocidentais a voltarem-se para si mesmos e a ajudá-los a descobrir os tesouros da experiência interior: a angústia causada pela despersonalização numa sociedade centrada nos objetos, a destruição da comunidade que outrora protegeu e apoiou o indivíduo, e os horrores que todos vivemos nas últimas décadas. De tudo isto nasce o sentimento — e para alguns, a certeza — de que existe uma outra dimensão que podemos experienciar e que pode dar à vida neste mundo um sentido que vai além do meramente mundano.

Uma pessoa forçada a voltar-se para si própria depara-se com uma realidade interior que permanece oculta enquanto acreditar que viver plenamente é apenas uma questão de progredir e sobreviver. Só quando surge a crise, quando a vida a leva à beira do abismo, a mergulha na miséria e no desespero, e a deixa mais só do que nunca, é que realmente começa a pensar sobre si mesma e a notar que, bem no fundo, algo novo está a lutar para chegar à consciência. Ao deparar-se com a sua verdadeira natureza, experimenta algo que não é deste mundo e, no entanto, faz dela aquilo que é — e o seu surgimento na consciência traz consigo uma convicção absoluta. Todos estes sinais marcam o limiar que a geração de hoje se prepara para atravessar — se souber para onde caminha o futuro.

Há muitos domínios em que esta nova experiência se reflete: o existencialismo, a arte abstrata, a psicoterapia, a literatura moderna e, acima de tudo, o interesse generalizado por exercícios de meditação e pelo caminho interior (um interesse que nada tem a ver com recuperar ou melhorar o desempenho prático). São sobretudo os jovens, com as suas novas ideias e novas formas de agir, que mais claramente rompem com padrões fossilizados e ultrapassados de pensamento, criatividade, comportamento e vida comunitária. Em todo o lado, as pessoas começam a encontrar o Ser na existência quotidiana — e a libertar no processo as suas próprias energias criativas. As novas formas de arte dão-nos a prova visível disso, mas, a um nível muito

mais profundo, podemos sentir que a angústia contemporânea encontra um escape positivo nas próprias pessoas e as impele a procurar algo novo.

VINHO NOVO EM ODRES VELHOS

As pessoas aproximam-se sempre do desconhecido através de vias tradicionais. Mas o vinho novo estraga-se sempre em odres velhos, e assim o significado desse algo novo para o qual as pessoas tateiam — muitas vezes sem saber exatamente o que é — acaba por ser travestido. Muitos estão realmente cansados do mundo, mas o espírito com que recorrem aos exercícios para desbloquear a experiência interior continua ainda dominado pelo mundo e pelo ego.

Pequenos grupos e associações surgem por todo o lado, sob a liderança de pessoas de sabedoria e capacidade variadas, que afirmam que os seus exercícios libertarão o praticante da velha consciência e darão à sua vida um novo sentido. Diversos exercícios são propostos ao público sob nomes respeitáveis: ioga, meditação, autoexploração e terapia de relaxamento. Mas, demasiadas vezes, estas atividades acabam por afastar as pessoas daquilo que procuram apaixonadamente, em vez de as ajudar a encontrá-lo. Exercícios de alívio do stress degeneram frequentemente num culto do "deixar-se ir".

Da mesma forma, exercícios destinados a abandonar o velho eu e encontrar um novo facilmente se pervertem num simples prazer em libertar-se — o que nada resolve e pode até causar danos. Por exemplo, hoje muitos encontram em certos “exercícios” uma sensação temporária de alívio relativamente à antiga identidade, mas nunca vão além dessa primeira sensação. É verdade que o contacto com o solo salvador da verdadeira unidade pode fazer parte desta experiência, mas nada resulta dela se as novas energias espirituais não forem canalizadas e conscientemente centradas numa nova vida e numa prática de corpo inteiro; caso contrário, o único resultado é um culto da experiência, incompatível com o Ser.

O exercício torna-se um passaporte danoso para o prazer. Usado como uma droga para obter repetidamente as mesmas sensações agradáveis, substitui — e desperdiça — algo que só pode ser alcançado lentamente, através da experiência fundamental e de uma prática dolorosa e persistente.

Igualmente perigosos são aqueles exercícios de relaxamento que embalam a pessoa num repouso falso, improdutivo e preguiçoso — praticamente anestesiando-a no processo. Estes nada têm a ver com a verdadeira tranquilidade de espírito nem com a quietude dinâmica que sentimos como fonte de vida e desafio, que nos liga ao divino. Geram uma calma sem vida, que pode certamente ser um alívio em relação à angústia e à agitação, mas que distorce, em vez de libertar, as energias criativas da vida.

Um terceiro perigo ocorre quando se sente, pela primeira vez, a presença do Ser, se o significado desses primeiros contactos — libertação do velho ego — é invertido e esse ego é autorizado a alimentar-se da nova experiência. Repleto de uma nova força interior, o neófito esquece facilmente que esta lhe é concedida como um dom exterior, e que não foi concebida apenas para aumentar os seus poderes mundanos. Apropria-se do mérito, e algo que o deveria tornar humilde alimenta antes o seu orgulho. O que

se ganha nestes casos não só é desperdiçado, como alimenta perigosamente o instinto de poder.

E não são só os outros que saem prejudicados; sempre que algo é concedido para servir a causa do Ser e é usado para fins mundanos, isso acaba por recair desastrosamente sobre quem o faz. Por isso é geralmente perigoso usar exercícios de "iniciação" (que ajudam o Ser a manifestar-se na existência) para fins puramente práticos, distorcendo-os completamente. É o que acontece, por exemplo, quando alguém trata o ioga — um conjunto de práticas cujo nome originalmente significava "unir ao Ser" — como ginástica e o utiliza para melhorar a condição física e a eficiência, em vez de o ajudar no caminho interior.

Libertação sensorial, experiência pelo prazer da experiência, indolência, orgulho, o uso profano das energias do Ser, e a diluição e distorção pragmática dos exercícios de iniciação — estes são os perigos que ameaçam quem começa esta busca de ânimo leve ou sem orientação adequada.

DO CONHECIMENTO À INTUIÇÃO

A tarefa que todos enfrentamos hoje é a de nos renovarmos transcendendo a consciência objetiva e superando as limitações perigosas do ego definidor. Isto leva-nos necessariamente ao domínio da experiência sobrenatural, e devemos encontrar o caminho que conduz a essa experiência — e para além dela. Os modos de pensar e agir de que precisamos aqui são totalmente diferentes dos ditados pelo ego, e as implicações são teóricas e práticas. O pensamento que lida apenas com opostos e dualidades tem de ceder lugar a uma visão da vida enraizada na experiência supramundana, e um modo de vida cujo ponto central seja a intuição deve nascer dessa visão.

Tal como o termo misticismo, a palavra intuição (insight) ainda irrita instantaneamente muitos "iluminados" (ou seja, semi-instruídos) ocidentais — sobretudo quando estão habituados a pensar em termos puramente científicos. É certamente curioso que uma profunda desconfiança em relação ao misticismo una muitas vezes os maiores defensores da razão, que afirma saber tudo sobre a realidade, e os maiores defensores da religião organizada, que afirma saber tudo sobre a "realidade superior". Como é possível? Talvez porque cada lado sente que a mera possibilidade de uma experiência sobrenatural, na qual o Ser — transcendendo toda a razão, mas sentido diretamente como energia, ordem e unidade absolutas — se revela, ameaça a consistência absoluta e a validade universal da realidade que cada um fez sua.

Mas a experiência sobrenatural não é tudo: é também necessário um processo consciente e cuidadoso de treino e desenvolvimento espiritual — que ultrapasse as restrições do pensamento dualista e aproveite cada experiência à medida que surge, moldando gradualmente o indivíduo e tornando-o maduro, de modo que tudo o que experiencia e faz esteja enraizado na verdade do Ser, para lá de todas as antíteses. A intuição (ao contrário do conhecimento pragmático) adquirida desta forma é sempre produto de experiências nas quais a Vida nos penetra por inteiro, porque não foi transformada em "coisa" — isto é, não foi filtrada pelas várias categorias e conceitos que fabricam "coisas", e assim não foi privada da sua realidade essencial. Só se for

real neste sentido é que a forma relativa que assume em nós corresponde à forma absoluta inscrita na nossa verdadeira natureza.

Para ganhar intuição, temos de nos voltar para dentro; mas o simples ato de virar as costas ao mundo exterior para nos concentrarmos no nosso mundo interior não basta. O mundo interior também pode ser transformado em coisa — como a autoanálise praticada na psicologia convencional nos mostra. Torna-se coisa, por exemplo, sempre que "pensamos sobre" nós próprios ou tentamos dizer exatamente quem e o que somos. Enquanto a consciência não mudar, a diferença entre intuição e conhecimento comum não está em olhar para dentro ou para fora; está em transformar a consciência objetiva em consciência subjetiva.

Certa vez perguntei ao grande mestre Zen Daisetz T. Suzuki: "O que é a sabedoria oriental?" Ele respondeu: "O conhecimento ocidental olha para fora, a sabedoria oriental olha para dentro. Mas quando olhamos para dentro como se olhássemos para fora, transformamos o 'dentro' em 'fora'." Eis o problema: estamos constantemente a transformar o "dentro" em "fora", isto é, a convertê-lo em coisa. Mas como podemos deixar de o fazer? Ou seja, quando olhamos para dentro, como podemos impedir que a consciência objetiva distorça a nossa experiência mais profunda?

Certamente, a experiência interior terá de se exprimir em imagens e conceitos com significados objetivos? De facto tem — e todas as religiões funcionam assim, usando um sistema consistente de imagens e conceitos para transmitir a natureza e os efeitos de uma experiência fundamental. Mas é preciso lembrar que estas imagens e conceitos são "experiência interpretada" desde o início, e precisam de ser reconduzidos à experiência original antes de poderem ser compreendidos. O budismo não é exceção a esta regra.

Tal como não existe Cristianismo sem Cristo, não existe Budismo sem Gautama Buda e sem uma compreensão do que ele sofreu, experienciou e ensinou. E tal como o mistério do Cristianismo só se revela ao crente, também no Budismo o mistério só se revela a um tipo de consciência muito especial.

O ponto de partida da vida e do ensinamento do Buda foi a questão do sofrimento — a sua natureza, a sua origem e a possibilidade de encontrar a libertação dele. A doutrina do não-eu, central ao pensamento budista, parece decorrer naturalmente da impermanência de tudo. Da mesma forma, o sofrimento humano parece decorrer logicamente de um erro, uma ilusão, de um apego a algo que não tem realidade duradoura, mas que paira como um miragem perante a consciência que apenas regista o efémero, impedindo-nos de ver a verdade. Nos textos budistas, especialmente nos mais antigos, há frequentemente uma lógica rigorosa que atrai o leitor ocidental pela sua aparente clareza.

Mas se tudo o que as escrituras budistas dizem é assim tão fácil de compreender, por que seria então necessária a grande iluminação do Buda para a descobrir? Esta questão leva-nos a algo que é frequentemente esquecido quando se fala do Budismo ou de outras religiões: nas grandes religiões, a verdade parece ser apresentada de forma aberta e acessível, mas está, na realidade, codificada. No fundo, o que todas elas, incluindo o Budismo, nos transmitem não é conhecimento comum,

imediatamente assimilável, mas sim um conhecimento iluminado, interior, secreto, intuitivo.

Uma das mais grosseiras e ingénuas distorções da sabedoria oriental é feita por pessoas que descrevem e interpretam o significado sobrenatural da doutrina budista a partir da consciência objetiva comum — e depois a menosprezam com elogios condescendentes (é “nobre” e “humana”) ou condenam-na como híbrida e enganadora (prega a “salvação pessoal”).

A realidade de onde provém a intuição é a realidade primordial, com a qual estamos sempre fundamentalmente unidos. Contudo, só podemos encontrar essa realidade seguindo um percurso sinuoso e passando por várias etapas — a consciência objetiva a afastar-nos dela, a angústia da perda desse contacto, e a vitória final sobre essa angústia — até que voltamos e tomamos consciência dela com base numa consciência nova e mais ampla. O Budismo fala-nos de uma realidade que nada tem a ver com aquela que as nossas noções comuns de vida nos ensinaram a ver, a realidade do pensamento e da linguagem quotidianos.

Mas isto não é verdade apenas no Budismo; a verdade transcendente de qualquer experiência religiosa é obscurecida e distorcida quando a vemos, definimos e expressamos com a nossa compreensão mundana normal, ou tentamos agarrar as suas imagens e símbolos dessa forma. Por isso é que os grandes mestres religiosos nos recordam constantemente que falam de uma verdade que só o ouvido interior pode ouvir e só o olho interior pode ver. A abertura da visão interior é um conceito central no Zen.

Significa despertar para um nível novo e completamente diferente do eu… para uma força nova enraizada numa nova consciência. Só uma nova consciência, que nada tem em comum com a consciência objetiva, nos pode pôr em contacto com a verdade que realmente importa; e isto implica uma revolução espiritual. Quando compreendemos isto, a grande aventura chama por nós. Estaremos prontos para o desafio?

É claro que alguém pode estar satisfeito com a sua antiga visão das coisas, e não há mal nenhum nisso — se, algures, bem fundo, no seu sentir da vida, os seus laços com a verdadeira natureza nunca tiverem sido rompidos. Inconsciente da sua participação no Ser, adota uma visão ingênua do mundo, e isto pode nunca mudar, a não ser que volte a experimentar a unidade do Ser, normalmente ocultada pelo ego natural.

Mas a situação muda, e muda radicalmente, quando deixa para trás o ego e as antíteses, ouve o chamamento do Ser, e percebe que a única forma de se apropriar totalmente dessa nova experiência é abandonar a velha perspetiva que confina a sua visão às coisas e ao tangível. Se, neste ponto, ainda insistir que a visão e os valores do ego divisivo são os únicos, está a deixar que o preconceito governe a sua consciência e a desperdiçar a sua oportunidade de se tornar um ser humano integrado, maduro e pleno, em harmonia com a sua verdadeira natureza.

Obviamente, mesmo depois de termos experimentado o Ser e vislumbrado o verdadeiro cerne da vida, continuamos livres de rejeitar tudo isto e optar pela experiência “natural”, pela realidade objetiva e pela perspetiva objetiva do sentido da vida. Mas devemos saber o que estamos a fazer e aceitar a responsabilidade disso.

Certamente, tendo ido tão longe quanto as nossas capacidades naturais nos permitem e chegado a um ponto em que o sobrenatural se pode revelar, não deveríamos poupar esforços para quebrar o domínio do ego definidor e da perspetiva centrada nas coisas, que nos trouxeram as maravilhas da tecnologia mas — enquanto dominam o cenário — impedem o Ser de se manifestar na nossa consciência e impedem-nos de nos realizarmos na verdadeira natureza.

Os ocidentais agarram-se a este ego e à sua consciência com um orgulho teimoso que deixa pouco espaço para a consciência superior na qual o Ser se sente através de sentidos além dos sentidos comuns e se manifesta numa nova espiritualidade e numa nova fisicalidade. A maioria de nós, que se insere na tradição ocidental, continua a querer pensar que a razão é suprema, continua a usar imagens e conceitos objetivos para sustentar crenças absolutas, e continua a recear confrontar-se com as experiências mais profundas — ainda que sejam precisamente essas experiências que nos trazem o Ser de volta a casa e nos oferecem um conhecimento novo e mais profundo.

Este conhecimento não é objetivo nem tangível, mas carrega consigo uma convicção total. Permite-nos pensar sobre o mundo e lidar com ele a partir de uma nova base e permite-nos ver o funcionamento interno do mundo — e devolve verdade divina às nossas crenças precisamente onde sucumbimos ao entendimento mundano com a sua ânsia de “provas”.

O ocidental sente a angústia trazida pela sua visão nativa, mas sente também a futilidade de tentar aliviá-la pelos mesmos meios que a causaram. Se já não basta fugir de si mesmo para a apatia, a conformidade e a resignação, deve escutar a voz da sua natureza mais íntima, que nunca pode ser objetivamente captada. Isto também faz parte da mensagem do Zen. Se o abordarmos com uma mente aberta e curiosa, talvez descubramos que, longe de ser meramente oriental, está na verdade a dizer, à sua maneira, algo que também os grandes pensadores do Ocidente conheceram e ensinaram, e que sempre foi a nascente criadora e renovadora da vida. Quando alguém ouve o chamado inescapável e inconfundível da sua verdadeira natureza, já não pode recusar responder. Quando tem uma experiência em que o Absoluto o toca e convoca, e não responde, está a perder o caminho que lhe estava destinado, e pagará o preço por isso.

A RESPOSTA DO ZEN

Ai desta era degenerada
De total descrença!
Vazia de virtude,
Já mal se consegue melhorar o povo.
Durante demasiado tempo
Têm estado afastados da santidade,
E o pensamento errado
Entranhou-se neles.
Como a verdade está fraca,
O demónio governa-os,
E não são poucos
Os malfeitores e inimigos da verdade.
Agora, irrita-os que, impotentes
Para destruir ou desfazer,
Sejam forçados a ouvir frente a frente
O ensinamento de quem chegou.

— SHODOKA
("Canção da Experiência da Verdade,"
de Mestre Yoka, c. 800)

A SUBLIME MENSAGEM DO ZEN

Todos, na sua verdadeira natureza, são Buda
No fundo da sua verdadeira natureza, todos são Buda,
Como a água é gelo. E tal como sem água
Não há gelo, também sem Buda
Não há ninguém.
Ai dos que procuram longe
E não sabem o que está perto!
São como pessoas que, estando dentro de água,
Clamam por água mesmo assim.
Nascidos nobres e riquíssimos,
Vagueiam pelo mundo como se fossem pobres, miseráveis
E desamparados.

— CANÇÃO DO MESTRE ZEN HAKUIN

Nas minhas viagens pelo Japão, conheci certa vez um missionário cristão que trabalhara numa pequena aldeia, bem no interior, durante dezoito anos. Passou por várias dificuldades, mas conseguiu, de vez em quando, uma conversão genuína. "O único problema," disse ele, "é que, quando chega a sua hora, estas pessoas morrem como japoneses e não como cristãos." Perguntei-lhe o que queria dizer com isso, e ele explicou: "Quando chegam a este mundo, é como se apenas pusessem um pé nesta margem, sem nunca esquecerem que, na verdade, pertencem à outra. E assim, 'morrer' é simplesmente uma questão de puxar de volta o pé que puseram nesta vida — fazem-no naturalmente, alegremente, e sem o menor sinal de medo."

Este é o antigo sentimento oriental em relação à vida. Mas terá de ser exclusivamente oriental? Não deveríamos nós também poder tê-lo? Ou consideramo-lo apenas uma crença primitiva, fruto de uma mente infantil e não desenvolvida? Se assim for, estamos apenas a responder àquela parte do entendimento fundamental que encontrou o seu caminho para um sistema racional de pensamento — e perdeu a sua verdade no processo.

Na prática, a nossa disponibilidade para aceitar a verdade da experiência e da sabedoria humanas normalmente termina no ponto em que deixamos de conseguir "classificar" aquilo que ouvimos. Esta é a nossa relutância ocidental em ir para além dos factos objetivos, isto é, dos factos que não estão coloridos pela experiência pessoal — embora seja apenas para lá desses factos que a realidade transcendente se revela e pode ser "saboreada". Mesmo quando ainda não entrou explicitamente na nossa consciência, a realidade do Ser continua a viver na nossa verdadeira natureza, no que somos fundamentalmente. Para os budistas, essa verdadeira natureza é a natureza-Buda; assim, todos nós, bem no fundo, somos Buda. Mas não estamos conscientes disso — embora todos os nossos "vagos anseios" expressem inconscientemente o poder secreto desta verdadeira natureza, atraindo-nos para si mesma.

"Na verdade," perguntei certa vez a D. T. Suzuki, "uma pessoa à procura da verdade não é como um peixe à procura de água?" "Sim," respondeu o velho mestre, "mas ainda mais como a água à procura de água!" Aqui se resume tudo, o problema da humanidade e a resposta do Zen — que também vale para nós, ocidentais! Há ainda um outro provérbio oriental: "A gota de água pode saber que o oceano a contém — mas saberá ela que contém o oceano?"

Dizemos muitas vezes que alguém está "a tentar encontrar-se a si mesmo". Mas ninguém pode encontrar-se enquanto o eu que procura não for o mesmo eu que é procurado. Se isto é verdade, e se o eu que se encontra é o mesmo que o eu que o encontra, então quem procura e quem é procurado? Estamos aqui a tocar num mistério último. Um mistério para quem? Talvez apenas para aqueles cuja consciência é apenas do tipo que classifica e disseca. Só ultrapassando esta consciência é que podemos viver o mistério como Vida tornada consciente de si mesma — Vida, que nós próprios somos.

A EXPERIÊNCIA DO SER

O Zen é a doutrina do Ser, da experiência do Ser e da vida enraizada no Ser. Esta doutrina não é uma teoria filosófica do ser, e nada tem a ver com a investigação metafísica, mas exprime uma experiência interior — a experiência do Ser, que nós próprios somos, na nossa verdadeira natureza. Esta experiência é consequência, conteúdo e meio de um certo tipo de consciência; de facto, é ela própria a consciência em que a Vida toma consciência de si mesma nos seres humanos.

Quando experienciamos a nossa verdadeira natureza, experienciamos o Ser, pois a nossa verdadeira natureza é o modo como o Ser está presente em nós. Assim, o Zen não nos oferece uma revelação sobrenatural nem nos pede, que vivemos no ego e no seu mundo, que acreditemos num redentor do outro mundo. O Zen exprime uma experiência sobrenatural e mostra-nos algo que é de outro mundo, em que somos redimidos, e no qual, de certo modo, nunca fomos outra coisa. Claro que, quando esta experiência surge subitamente numa pessoa normal, levando uma vida normal, pode parecer uma revelação sobrenatural. No Budismo, esse algo supramundano é conhecido como natureza-Buda. É a luz dentro de nós, e quando despertamos para ela e vemos que lá está, ilumina-nos e transforma-nos por completo.

Experienciar o Ser pela primeira vez é sempre também experienciar uma promessa — a promessa de podermos romper com o que temos (a esfera do ego mundano) para o que somos (o supramundano tornado consciente na nossa verdadeira natureza). Neste caso, “saber” o que somos não significa “ter” isso como um “objeto” de consciência; significa experienciar no eu aquilo que o eu verdadeiramente é.

O Zen é experiência e só experiência: experiência procurada, experiência encontrada, experiência afirmada, experiência acolhida, experiência frutificada, experiência testemunhada. Por isso, o conhecimento Zen nunca é um saber sobre algo (savoir), mas um saber direto, pessoal (connaissance), e o Zen em si desaparece no momento em que este saber pessoal é reduzido a conhecimento objetivo. Enredados no ego e obscurecidos pelos chamados factos evocados pela consciência objetiva, não temos contacto com esta experiência e vivemos a nossa vida no erro e na angústia, até que o que somos irrompe para além do que apenas temos, e tudo é subitamente inundado de luz e, instantaneamente, totalmente é.

É neste momento que a seta divina atinge finalmente o alvo, ferindo-nos com um grande anseio e atraindo-nos inexoravelmente para casa. Seguindo esse apelo, tornamo-nos buscadores do caminho, e “não sabendo o caminho, avançamos no caminho, de mãos estendidas, de mãos estendidas…” E então encontramos alguém que percebe imediatamente que estamos à procura do caminho e em quem nos reconhecemos como buscadores, alguém que, por acaso, cruza o nosso caminho nesse momento — ou talvez apenas o mestre em nós mesmos. Se escolhermos segui-lo, a grande luz pode de repente brilhar em nós. Incendiados e ascendendo, descobrimos o caminho a estender-se diante de nós, e, pela primeira vez, é o grande caminho para a mudança total — uma mudança que é, ao mesmo tempo, finalidade e processo interminável.

Mas o que é, exatamente, esta experiência de viragem, esta experiência que está na base de todo o Zen e em torno da qual o Zen inteiro se centra, esta experiência para a

qual os exercícios Zen nos preparam, e que toma forma noutros exercícios que nos transformam, esta experiência que se manifesta no conflito, na criatividade e no amor?

Esta pergunta não desaparece, e temos de respondê-la de novo sempre que o nosso entendimento e intuição se aprofundam. Ter a experiência Zen é experienciar a nossa verdadeira natureza e o Ser a tomar consciência em nós. É experienciar o Ser em e através da nossa verdadeira natureza. É experienciar o Ser como aquilo que somos, para lá de todos os conceitos e imagens do "ter". É experienciar o Ser como uma irmandade universal da qual todos partilhamos e que nos dá a chave para todas as línguas e religiões — permitindo-nos ver-nos uns aos outros tal como somos, na mesma plenitude, luz e amor.

Não podemos experienciar o Ser do modo como experienciamos uma árvore, uma coisa, uma outra pessoa — como objetos distintos e separados de nós. O Ser e a verdadeira natureza só podem ser sentidos como uma presença interior. Mas como podemos experienciar esta presença sem que se torne um "objeto" de consciência — uma vez que toda a experiência depende da consciência? Obviamente, estamos a falar de um tipo especial de experiência e de um tipo totalmente novo de consciência. Só nesta nova consciência é que a Vida pode tornar-se uma presença interior, e só nesta experiência é que a Vida — que nós próprios somos — se pode cumprir tornando-se aquilo que realmente é.

"A vida não pode ser realizada a não ser que regresse à sua fonte original, na qual a vida é Ser, que a alma recebe quando morre para si mesma, para que possamos viver naquela vida em que a vida é Ser", escreveu Mestre Eckhart. Eis, então, a experiência Zen — a experiência da Vida como Ser, antes de ambos terem sido separados pela consciência que fragmenta a unidade do "ser" na multiplicidade do "ter". Esta consciência é ela própria uma parte natural do ser humano, e por isso não podemos livrar-nos dela; mas se for ela a dominar-nos por completo, as ilusões de posse e de apego enredam-nos e impedem-nos de realizar a travessia.

A consciência que nos separa dos animais também nos separa de Deus — quando pretende ser absoluta. Impedidos por ela de ver a verdade por nós próprios, classificamos imediatamente como "louco" qualquer pessoa que veja e se comporte de modo totalmente novo após o seu primeiro encontro com o Ser — até que retorne ao que erroneamente consideramos normalidade ou encontre o Ser no "ter", conseguindo preservar a sua presença interior na vida quotidiana.

Ter a experiência Zen é, portanto, acordar da ilusão de que a consciência objetiva e dualista é a única que conta, e libertar-se tanto dos seus sistemas paralisantes como do hábito de pensar em coisas e antíteses — não só ao lidar e ordenar o mundo, mas também ao procurar e lidar com a verdade viva. Romper com a ilusão é quebrar o feitiço do pensamento objetivo e, assim, o domínio do dualismo. O passo essencial neste caminho de liberdade é silenciar o pensamento discursivo e escutar a voz que fala no silêncio e a partir do silêncio que se segue quando se deixa para trás o pensamento dualista.

A EXPERIÊNCIA DO SER E O DUALISMO

Procurar teimosamente o significado mais profundo
da verdade
É desgastar-se em cogitações inúteis.
Silencia o teu pensamento —
É isso que importa!
Não te demores em pensamentos
Sobre antíteses;
Perseguir e buscar antíteses —
Cuidado com isso!
Pois um só sopro de antítese
Entrega o teu espírito à confusão.

— Do Shin Jin Mei (Selo da Fé)
do Terceiro Patriarca, Sosan

O Zen é a doutrina do Ser que transcende todas as antíteses, o Ser no qual não há antes nem depois, aqui nem ali, isto nem aquilo, Pedro nem Paulo. Este é o desafio que o Zen coloca ao pensador — especialmente ao ocidental, que tende naturalmente a pensar em antíteses, e ao crente cristão, que sente que não pode sobreviver sem dualismo. Um sacerdote cristão disse-me uma vez: “Podes escrever o que quiseres — desde que mantenhas o dualismo.” Porque disse isto? Porque, para ele, abandonar o dualismo significava aceitar o “monismo”, e isso acabaria por negar a distância entre o ser humano e Deus, fundindo ambos — e assim abalando seriamente um dos pilares fundamentais da fé cristã. Mas será isto o que realmente significa?

É — se tomarmos a unidade da experiência não-objetiva, reinterpretando-a em termos objetivos, e a equipararmos à identidade. Se fizermos isto, estamos a transformar o não-dualismo num “um” objetivo, no qual todos os seres humanos são um — e em que Deus e a humanidade também são um. Este “um” é então percecionado como “algo” em que todas as distinções se resolvem e tudo se torna idêntico — certamente uma ideia blasfema quando aplicada à relação homem/Deus.

Se, depois, atribuirmos essa blasfémia ao Zen, estamos a perder a mensagem decisiva do Zen, e continuaremos a perdê-la enquanto não formos capazes de quebrar o domínio da consciência objetiva. A experiência do Ser é a experiência dos opostos que coincidem. A visão objetiva, dualista, da realidade que a consciência objetiva nos dá é uma ilusão, e quando esta se dissipa, o Ser revela-se como plenitude, ordem e unidade que transcendem toda a antítese. No Zen, tudo isto é experienciado, saboreado, sentido de uma forma que não deixa lugar à dúvida.

Descrever isto não é expor uma teoria do ser, mas relatar uma experiência profundamente pessoal; uma experiência na qual reconhecemos a nossa verdadeira natureza como um dos modos dessa unidade, e experienciamos essa unidade na linguagem da nossa verdadeira natureza. Toda a antítese entre pessoa e coisa, entre “eu” e “tu” — e assim entre o eu e Deus — é ultrapassada e resolvida quando vivenciamos esta unidade, onde não existe “dois”. Depois disso, embora continuemos a viver no ego dualista e a “ver” pela sua consciência dualista, o dualismo é elevado a

um plano superior. A imagem de Deus criada pela antiga consciência, que fazia de Deus uma “coisa” externa, esbate-se, e o próprio facto de termos vivenciado a unidade divina — e a nós próprios como parte dessa unidade — como realidade última, faz-nos sentir com mais intensidade o contraste entre nós e Deus, o Todo-Uno, depois de deixarmos essa unidade para trás e voltarmos ao ego; mas também nos dá uma poderosa sensação de estarmos intimamente ligados a Deus de uma forma impossível de alcançar se O confinarmos a uma simples imagem externa. Deus passa agora para lá das imagens e dos conceitos. A dúvida, que só pertence à visão do ego, deixa de ter onde se agarrar, e a unidade experienciada dentro do incompreensível gera a verdadeira fé de que a dúvida — que nasce apenas do incompreensível — não pode tocar.

Este tipo de fé só é possuído a priori por quem, vivendo no ego, manteve um contacto básico com a unidade. Mas a unidade perde-se de vista à medida que a consciência objetiva reforça o seu domínio — e a fé desaparece com ela. Aqui, a experiência Zen oferece uma resposta; pode conduzir todos os que perderam irremediavelmente as suas antigas crenças à verdadeira fé — incluindo a verdadeira fé cristã. (Obviamente, não são só os budistas que podem ter esta experiência.)

A realização fundamental é sempre a mesma: o fluxo da vida divide-se em dois ao encontrar a consciência centrada no ego; a sua luz pura é refratada pelo prisma do ego e desdobrada em antíteses. Assim que isto acontece e a consciência primordial da vida se divide em consciência de eu/objeto, a vida apresenta-se necessariamente em dualismos: antes/depois, aqui/ali, transitório/permanente, relativo/absoluto, espírito/matéria, etc. A pessoa que se identifica por completo com este ego naturalmente receia tudo o que ameace a sua permanência individual.

E tende naturalmente a pensar o Ser — experienciado como a antítese da existência contingente, perecível, aqui e agora, e como um desafio à estabilidade e lógica do ego — como algo absoluto, eterno e ilimitado. Mas esta conceção do Absoluto está enraizada no pensamento do ego e só é válida do ponto de vista do ego. Impõe o padrão fundamental do pensamento egocêntrico ao Absoluto e projeta-o para fora do indivíduo, transformando-o, como tudo o que é experienciado e pensado, numa “coisa”, num objeto de consciência. Mais uma vez, o ego estático e a sua consciência intercalam-se e afastam-nos da verdade.

Quando nos identificamos com o ego definidor e aceitamos a realidade que ele nos dá como um objeto de consciência, somos privados da realidade divina, que nunca é um objeto de consciência e nunca pode ser representada objetivamente. E assim caímos na dúvida, sempre sinal de que a verdadeira unidade — a unidade que se torna presença interior no satori — foi perdida.

O que nos leva a sacrificar algo que experienciámos nessa unidade, com uma clareza total e inquestionável, a favor de uma visão da realidade enraizada no ego definidor e divisório? Apenas a nossa incapacidade de romper o feitiço desse ego. O que, depois de experienciarmos o satori, nos leva a ceder aos equívocos obstinados de quem nunca o experienciou ou não teve coragem de o seguir?

Apenas o medo de confundir o que realmente experienciámos com aquilo que outros erradamente julgam que experienciámos. Se, depois de termos tido a experiência

mística da unidade, olhamos para ela objetivamente, confundindo-a com uma mesmidade eterna e fugimos dela em horror, então simplesmente não compreendemos a graça que recebemos. Estamos a colocar acima da realidade vivida uma realidade imaginada, gerada pela razão e sujeita às suas leis.

Naturalmente, mesmo quando já experimentámos a unidade que transcende todas as antíteses, continuamos amarrados ao velho ego com os seus padrões de pensamento antitéticos. Mas quando o Ser entra em nós, tudo — até as coisas que vemos objetivamente através do velho ego — é transfigurado. Isto acontece porque agora conseguimos ver as antíteses — incluindo a antítese homem/Deus — como a forma como a unidade última se reflete no ego. Podemos também experienciar, por nós próprios, como a distância entre nós e o "outro" objetivo desaparece quando encontramos um "tu" em quem a unidade absoluta está presente e ativa. Quando Deus está verdadeiramente, intimamente presente a uma pessoa, o sentimento de unidade com Deus que experimentou na sua verdadeira natureza persiste — mesmo quando o ego insiste que Deus está infinitamente distante. Nem o ego objetivo, nem a fé que insiste numa distância absoluta podem colmatar o fosso entre Deus e a humanidade — mas a experiência Zen pode.

A DOUTRINA DO NÃO-DOIS

Crer é não-dois.
Não-dois é crer
Naquilo que não pode ser dito.
Acaso não são
O passado e o futuro
Um eterno agora?

— Do Shin Jin Mei

Falando do "Um" causa, sem dúvida, sérios mal-entendidos – e é por isso que o Zen fala antes do "não-dois". Quando se diz "não-dois", está-se a dizer que o Um de que se fala não é "algo" diferente de "não-um". Assim, se tentarmos descrever o Ser experienciado no satori dizendo que o Zen é a doutrina do Um, e que esse Um é algo que transcende todas as antíteses, estamos a perder o verdadeiro sentido do Zen – porque o Ser não pode ser descrito.

A primeira experiência gloriosa de um absoluto não-dualista para além do tempo e do espaço pode levar a outro equívoco: a convicção de que isso é, em si, a experiência da verdade que transcende as antíteses. Não é o caso. É verdade que a primeira experiência do Ser para além do espaço e do tempo, que rompe o feitiço da realidade baseada no ego, tem sempre um sentimento brilhante, feliz, "celestial". Mas a transcendência vivida como claridade de outro mundo é seguida imediatamente pela transcendência vivida como escuridão – como se o inferno mostrasse o seu rosto apenas àqueles que viram o céu e só a experiência do bem absoluto os pudesse fortalecer para enfrentar o mal absoluto.

O Um que verdadeiramente transcende as antíteses revela-se apenas na experiência da Luz para além da luz e da escuridão – que segue à experiência da escuridão.

Quando experienciamos o Ser pela primeira vez, experimentamos a ausência de antíteses, mas imediatamente contrastamos esta experiência com a realidade do ego, que é regida por antíteses, mostrando assim que a consciência definidora e divisora ainda está connosco. E assim ficamos aquém do conhecimento último, que permanece fora de alcance enquanto estivermos enraizados na velha consciência ou, tendo-a superado brevemente, recaímos e nos agarramos a ela novamente como a única que conta. A ausência de antíteses, percebida através desta consciência, ainda não é a transcendência das antíteses, que chega na verdadeira experiência zen: satori.

O Ser de que se fala no Zen não se revela até que percebamos que a realidade não-antitética e a antitética são fundamentalmente uma só – ou, para ser mais preciso, não-duas. Mas isto é certamente o mais longe que o pensamento nos pode levar? Certamente, e é precisamente este o ponto: o verdadeiramente supra-antitético não pode vir à consciência interior até que o pensamento pare, seja suspenso ou neutralizado. Por outras palavras, quando o Zen fala do não-dois, não está a pedir-nos que sigamos uma cadeia de raciocínios que leva, por passos lógicos, a uma conclusão logicamente impossível; está a falar de uma experiência que podemos ter como seres humanos, mas que está para além do alcance da lógica.

A negação última do dualismo é precisamente aquilo que o satori não é. O que experienciamos no satori é a reconciliação do pensamento dualista e não-dualista – e essa reconciliação surge quando o próprio satori nos faz ver que o ego, com a sua consciência divisora e o seu sistema de antíteses, não é apenas um factor disruptivo da unidade, mas é também o meio pelo qual a unidade última se revela interiormente pela primeira vez. Vemos que o dualismo é, de facto, o modo pelo qual o Ser, que o transcende por completo, se manifesta para nós enquanto nos identificarmos com o ego e a sua consciência. O que é fatal é apenas o apego ao dualismo. De facto, quem sabe algo sobre satori vê a visão do mundo do ego definidor como um dom divino para a humanidade, pois é apenas contra o pano de fundo dessa visão do mundo que o Ser redentor e a existência redimida chegam à consciência.

A doutrina do Um – que não é o Um porque não é algo, mas não-dois – é central para o Zen. O Zen repete constantemente que este verdadeiro Um ainda não nos foi verdadeiramente revelado enquanto o continuarmos a ver como o oposto de algo que não é o Um. Isto significa que nunca podemos perguntar “O que é isso?”, já que a própria pergunta mostra que estamos no caminho errado. Se o virmos como o “supra-antitético”, o “supra-mundano”, o “Ser” ou o “vazio” em oposição ao antitético, ao mundano, à existência ou à plenitude – ou mesmo se o contrastarmos mentalmente com estes – o não-dois desaparece imediatamente.

Somos obrigados a usar palavras para nos referirmos a ele, mas no momento em que usamos uma palavra e, assim, definimos algo, surge o risco de mal-entendidos. Começamos sempre por contrastar a nossa própria experiência de não-antítese com antíteses do quotidiano como muitos/poucos, pobre/rico, forte/fraco, luz/escuridão, bem/mal, algo/nada – e depois tentamos superar esta incoerência evidente chamando-lhe “o vazio”. Imediatamente, porém – e embora o apliquemos a uma experiência para além das antíteses – a palavra vazio adquire ela própria significado antitético. O Zen está sempre atento a esta propriedade fatal das palavras, e é por isso que as trata com cautela.

O vazio que definimos como vazio – e só o podemos fazer por oposição ao não-vazio – ainda não é o verdadeiro Vazio. O verdadeiro Vazio não chega à consciência interior até que esta antítese também tenha sido eliminada. Quando usamos então a palavra vazio para designar o vazio revelado na nossa verdadeira natureza, queremos dizer algo totalmente diferente, e por isso passamos à maiúscula – Vazio – para marcar a diferença.

Isto, naturalmente, é confuso e uma fonte constante de mal-entendidos do género daqueles que enfrentamos quando Mestre Eckhart fala de "Deus" e ficamos sem saber se ele se refere à Divindade, "que está tão acima de Deus como o céu está acima da terra" (isto é, a Divindade que transcende todas as antíteses, incluindo a antítese ego/Deus), ou ao Deus que "deixa de ser quando o ego deixa de ser". Da mesma forma, ao ler textos Zen, devemos sempre esforçar-nos por perceber o que realmente querem dizer. Contudo, tal como usados nos textos Zen, o termo vazio significa quase sempre Vazio.

O que é verdade do Vazio é também verdade do Amor para além do amor e do ódio, da Justiça para além da justiça e da injustiça, da Vida para além da vida e da morte, do Ser para além do ser e do não-ser, da Forma para além da forma e da ausência de forma, da Luz para além da luz e da escuridão, e assim por diante. Mas o Vazio, o Amor, a Justiça, o Ser, a Forma e a Luz só se revelam no sentido Zen quando a consciência objetiva, antitética, foi completamente substituída pela consciência subjetiva.

Existe, naturalmente, outro amor para além do amor e do ódio, nomeadamente o amor "cristão", que é concedido, independentemente de se gostar ou não, tanto a inimigos como a amigos. Mas, embora transcenda essas antíteses, esse amor é ainda ele próprio a antítese de uma condição em que estamos divididos entre o amor e o não-amor. O Amor que realmente está para além das antíteses está no cerne tanto do não-amor como do amor – e também no cerne da oscilação entre ambos. Só aquilo que fala a partir deste Amor é não-dois, ou Ser, ao qual já não podemos atribuir o artigo definido (o Um), pois não é uma coisa definida, mas o Ser – o inefável princípio e fim, o alfa e o ómega, a verdadeira natureza de todas as coisas.

Sempre que o Ser "emerge" como presença interior, assume um rosto diferente – revelando-se como amor, vazio, vida, verdade, realidade, conforme a antítese particular de que parte o indivíduo. Este é o mistério último, e só nos chega no vazio e permanece connosco apenas no silêncio. Mas é sempre o mesmo não-dois que é revelado – o mesmo Um que é sentido em todas as manifestações da vida por quem o experiencia. No fundo, nada pode ser dito sobre isto, e no entanto as pessoas perguntam constantemente o que devem "entender" por isso – apenas para perceberem, finalmente, que o silêncio é a resposta final à sua pergunta.

Então Vimalakirti também se voltou para todos os bodhisattvas reunidos e perguntou: "Meus senhores, como pode um bodhisattva entrar no reino do não-dois?"
Na assembleia dos bodhisattvas, estava Dharmesvara, que começou: "Meus senhores, vir a ser e deixar de ser são dois – mas as coisas nunca verdadeiramente vieram a ser e, portanto, não podem deixar de ser. Penetrar a verdade desta lei do não-vir-a-ser é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Gunagupta disse: "'Eu' e 'meu' são dois. Porque há um 'eu', há também um 'meu'. Se não houvesse 'eu', também não haveria 'meu'. Compreender isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Gunasiras disse: "Pureza e impureza são dois; quem apreende a verdadeira natureza da impureza vê que nem a pureza nem a impureza existem – e assim segue a pureza do nirvana. Compreender isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Sunetra disse: "Forma e ausência de forma são dois. Discernir a ausência de forma na forma é entrar na unidade das coisas sem se apegar à ausência de forma. Compreender isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Pusya disse: "Bom e não-bom são dois. Não pensar nem em bom nem em não-bom é chegar à não-discriminação e reconhecer a verdade. Compreender isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Simha disse: "Pecado e virtude são dois. Compreender totalmente a natureza do pecado é também compreender que ele não difere da virtude. Compreender isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Narayana falou então: "Mundano e supra-mundano são dois. Ver que a natureza do mundano é futilidade é descobrir a natureza do supra-mundano, no qual não há nem entrada nem saída, nem transbordamento nem dispersão. Compreender isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Sadhumati disse: "Samsara [o ciclo de renascimentos] e nirvana são dois. Compreender a natureza do samsara é saber que não há nem samsara, nem apego, nem libertação, nem extinção. Realizar isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Pratyaksa disse: "Aniquilação e não-aniquilação são dois. Se, na sua verdadeira natureza, todas as coisas não são nem destruídas nem não-destruídas, então não há forma de destruição, e se não há forma de destruição, isso é o vazio – e o vazio não tem forma nem de destruição nem de não-destruição. Alcançar este domínio da verdade é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Vidyuddeva disse: "Saber e não saber [iluminação e erro] são dois. A verdadeira natureza do não saber, porém, é saber. O saber não pode ser apreendido, pois está para além de todas as distinções. Persistir nesta compreensão e libertar-se do pensamento dual é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Punyaksetra disse: "Conduta virtuosa e pecaminosa, e conduta que não é nem uma nem outra, são dois. Na sua essência, a natureza destes três tipos de conduta é vazia; se é vazia, então não há, em última análise, conduta virtuosa, nem pecaminosa, nem indiferente. Realizar isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Puspavyuha disse: "A dualidade surge do ego; quem compreende a verdadeira natureza do ego não é dominado pelo pensamento dualista; quem não se agarra a nenhum destes opostos não tem nem sujeito nem objeto de consciência, e entra no reino do não-dois."

O Bodhisattva Srigarbha disse: "Apego e não-apego às coisas são dois; se não há apego às coisas, as coisas não são nem tomadas nem deixadas. Realizar isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Ratnamudrahasta disse: "Desejar o mundo e desejar o nirvana são dois; se alguém não deseja o nirvana e não se cansa do mundo, então a dualidade cessa. Porquê? Porque, se há apego, há também libertação – mas se não há apego desde o início, então certamente não faz sentido desejar a libertação. Se não há apego nem libertação, então não há alegria [no nirvana] nem cansaço [do mundo]. Realizar isto é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Manicudaraja respondeu: "Honestidade e desonestidade são dois. A pessoa verdadeiramente honesta não faz distinção entre honestidade e desonestidade. Estar livre desta dualidade é entrar no reino do não-dois."

O Bodhisattva Satyapriha disse: "Realidade e não-realidade são dois. Quando a realidade é compreendida, não é vista – e quanto mais não será vista a não-realidade. Porquê? A realidade não pode ser vista com o olho do corpo, mas apenas com o olho da sabedoria – e no olho da sabedoria não há ver que seja o oposto de não ver. Realizar isto é entrar no reino do não-dois."

Quando todos os bodhisattvas se haviam expressado desta forma, perguntaram a Manjusri: "O que significa, então, um bodhisattva entrar no reino do não-dois?"
Manjusri respondeu: "Na minha visão, nada pode ser dito ou explicado, descrito ou compreendido acerca deste assunto, e toda a questão nem sequer pode ser discutida. Realizar isto é entrar no reino do não-dois."
Então Manjusri disse a Vimalakirti: "Cada um de nós já expôs o seu entendimento – e peço-te, Senhor, que também nos digas a tua opinião sobre como um bodhisattva entra no reino do não-dois."

Vimalakirti entrou no círculo, ajoelhou-se – e não disse nada.
Isto é conhecido como "o silêncio trovejante de Vimalakirti".
E eles tomaram a sua resposta deste silêncio grandioso.

Quantos de nós sabem realmente ouvir – ouvir de modo que o silêncio fale? A sabedoria do Oriente nasce do silêncio, tal como a sabedoria do Zen. O Zen ensina-nos a escutar e ouvir o silêncio do Ser, que – no meio de todos os ruídos do mundo – nos chama para a verdade.

Não há como agarrar a natureza da verdadeira natureza
Nem como a deitar fora.
Só assim pode o centro
Do inatingível
Ser atingido.
É silencioso quando fala
E fala quando está silencioso.
Bem aberta está a poderosa porta
Da dádiva
Verdade.

— SHODOKA

2. Adaptado do nono capítulo do Sutra de Vimalakirti.

Não-apego ao “Ser”
Todo o dois depende do Um
Mas não te contentes apenas com isto.
Não persigas o Ser, o sempre-activo,
Nem te detenhas no Não-Ser, o vazio.
Quando encontrares o Um
E fores liberto na serenidade,
Tudo isto cairá
De ti sem esforço.
Se, querendo que o movimento cesse,
Regressas a esta coisa só, esperando encontrar quietude,
Apenas empurras a quietude
Ainda mais para o movimento.
Pois como podes agarrar o Um
Enquanto hesitas ainda
Entre Um e Outro?
Se não compreendes
O Um,
Perdes até aquilo que o dois
Te trouxe.
O Ser recua
Quando o persegues;
O Nada vira-te as costas
Quando corres atrás dele.
Mil palavras e
Mil pensamentos
Apenas te afastam ainda mais.
O pensamento não agarra
Senão conchas sem substância.
Se o pensamento te guia,
Mesmo que só por um instante,
Perdes-te
No vazio do não-algo
Cuja mutabilidade e transitoriedade
Nascem inteiramente do teu erro.

— do SHIN JIN MEI

Quando alguém foi tão longe quanto a sua força e sabedoria naturais o podem levar, e se encontra capaz de aceitar a morte, a falta de sentido e a solidão absoluta, esquecendo o terror e o desespero que outrora lhe causaram, está a fazer algo que o seu ego sozinho não consegue fazer. É precisamente nesse momento que pode receber a graça daquela experiência em que sente a força, o sentido e a unidade do Ser, e de repente se sente redimido e liberto para uma nova vida. A sua alegria é indizível. O medo, o desespero e a desolação desaparecem. Sente-se cheio de poder, inundado de luz, absolutamente protegido e totalmente em paz. De modo radiante,

saboreia o poder que o libertou para si próprio. Não admira que, tendo procurado a experiência suprema, acredite que a encontrou finalmente – mas a desilusão logo se segue e descobre que estava enganado.

A felicidade desvanece-se, tal como a força que o fazia sentir-se imortal, o sentido que o levava muito para lá do não-sentido e o amor que preenchia a sua solidão. Tudo isto desaparece e sente mais intensamente do que nunca a presença ameaçadora do mundo. A própria experiência que parecia libertá-lo para sempre da angústia agora mergulha-o na angústia de um desespero ainda mais profundo. Pois agora, tendo realmente saboreado aquilo em que apenas acreditava, pelo qual esperava e que mal pressentia antes – o Ser ilimitado, absoluto, supra-mundano – toma plena consciência, pela primeira vez, do quão relativo, restrito e estreito o mundo é na realidade.

Agora que vislumbrou a grande luz, a escuridão parece ainda mais escura. Exilado e atormentado de um paraíso perdido, quer apenas encontrar de novo aquela coisa indizivelmente maravilhosa que experimentou, e, tendo-a encontrado, nela habitar para sempre. Quão natural é este desejo – mas quão claramente mostra que o dualismo ainda o agarra e que a sua experiência do Ser ainda não é satori, a experiência prometida pelo Zen.

A sua própria experiência registou-se como “algo” incomensuravelmente diferente do mundo para o qual voltou – e quer tê-la de novo e possuí-la para sempre. Mas isto é perseguir um miragem, pois, ao tentar ter a experiência de novo, acaba por afugentá-la, porque não há nada a “ter”. Transformação no Ser é o que está em causa.

Mesmo sondar as profundezas da nossa própria alma pode de pouco servir, se tudo o que daí resulta é uma agradável sensação de vazio.

“Quando te vires mergulhado numa contemplação tão deleitosa que preferirias nela permanecer para sempre, arranca-te a ti mesmo e dedica-te à tarefa mais próxima de ti, pois essas são sensações que apenas derretem e nada mais!” – dizia Mestre Eckhart. Sensações que derretem! E esta é também a tentação permanentemente envolvida na busca de libertação por meios artificiais.

Um “êxtase” induzido por drogas pede apenas para ser repetido e raramente gera o novo sentido de propósito moral que toda a verdadeira experiência do Ser traz consigo – o exigente apelo interior à transformação pessoal e à prática incessante – para que possamos, finalmente, ancorar-nos de modo permanente naquilo que experienciámos. Faltando-lhe esse poder de transformar e moldar a consciência, a experiência com drogas é uma experiência ilícita. Se for repetida e se tornar aditiva, dá início a um processo de regressão que, na realidade, barra o caminho ao desenvolvimento superior.

Quem é chamado ao caminho sente sempre o mundo em que vive como “ser humano natural” demasiado estreito, mas a única forma de superar esse mundo é avançar corajosamente e crescer para além dele. Não conseguimos sacudir o fardo do mundo-ser dando-lhe as costas e tentando furtar-nos a ele, mas apenas enfrentando-o e rompendo diretamente até às suas imensidões interiores. Para isso, porém, precisamos de outro tipo de experiência, uma experiência que só podemos ter se, tendo conhecido uma vez a unidade supra-mundana, a reencontrarmos de novo, no e

com o mundo. Só compreendemos se, nessa experiência, vemos o que nos separa da unidade, e se conseguimos dar testemunho através desse elemento que divide.

A ABERTURA DA VISÃO INTERIOR

Se usarmos palavras como Ser, Vazio e não-dois no esforço de compreender o Zen, e se pensarmos nessas ideias como algo definido, o grande perigo é sempre que a nova consciência que compreende seja, no fundo, basicamente a mesma que nos impediu de compreender. No fim de contas, lidamos com algo que não pode ser compreendido e, no entanto, parecem sempre haver formas de o sugerir que, por si, já podem ser compreendidas. Qualquer tentativa de fornecer uma explicação compreensível do Zen – incluindo esta – põe tudo em risco; classifica invariavelmente algo que não pode ser classificado, ou pelo menos liga-o a um sistema de pensamento, mesmo que esse sistema seja alargado.

O máximo que o pensamento, levado aos seus limites extremos, nos pode dar é a casca de um fruto – casca que precisamos de esmagar para alcançar o fruto em si. E por isso temos de aceitar o que é tão difícil de aceitar: uma realidade superior não pode emergir no satori enquanto a nossa consciência se mantiver inalterada, mas apenas quando a velha consciência for destruída e uma nova for forjada. E, como a consciência determina o eu subjetivo, podemos também dizer que a iluminação depende de o sujeito assumir uma nova posição – ou, mais precisamente, que coincide com o nosso nascimento como novo sujeito.

É um erro comum assumir que “iluminação” significa o nascimento de uma nova luz que nos permite ver algo novo, enquanto permanecemos os mesmos. Claro que isso também pode acontecer – quando de repente vemos um problema, coisa ou pessoa sob nova luz e todas as nossas dúvidas se dissipam, ou quando vemos inesperadamente algo que nos escapava um momento antes. Esta experiência – quando uma série de elementos aparentemente desconexos subitamente encaixam e formam um padrão – pode ser poderosa. E, de facto, as pessoas podem ser iluminadas quanto à forma como tudo se encaixa; de repente, têm uma nova visão do mundo, que lhes confere nova segurança e nova energia.

Mas isto nada tem a ver com a iluminação, o despertar, que é central no Zen. No Zen, trata-se menos de o velho olho nos mostrar um novo mundo do que de um novo olho recriar para nós o velho mundo. Este novo olho não é simplesmente o antigo iluminado. Iluminação não significa que o gelo à nossa volta derrete, mas que a nossa própria substância muda; significa que transformamos tanto a nós como o nosso modo de ver e, tornando-nos novos, vemos coisas novas de modo novo.

Por mais poderosa que seja, a experiência do Ser como algo “totalmente diferente” ainda não é iluminação, ainda não é despertar, ainda não é a abertura do olho interior – ainda não é satori. Por maior que seja a nossa alegria ao experimentar o Ser como algo para lá de todas as antíteses objetivas, essa experiência é apenas um antegosto da experiência da verdade última. A dissolução do ego na verdadeira natureza é apenas o primeiro passo, e não conduz a nada se não for seguida pelo segundo: o desabrochar da verdadeira natureza no ego. O olho interior, tal como o Zen o entende, só se abre quando a experiência do Ser nos revela a unidade no e com o mundo,

mostrando-nos que o mundo é tanto a barreira que nos separa do Ser como o meio pelo qual o Ser, a verdadeira natureza oculta do mundo, se manifesta e procura caminho para a luz.

Quando alguém "desperta", o Ser não só se torna uma presença interior, como a causa que o obscurecia, a "raiz do mal", é vista a partir de dentro. A abertura do olho interior é também – e sobretudo – o desmascarar do ego.

> Buscando o construtor desta morada,
> Em vão percorri o ciclo
> De muitos nascimentos –
> Nascimentos, como todos, carregados de sofrimento.
> Mas agora, construtor da tenda, estás reconhecido
> E já não mais a construirás.
> Os teus caibros estão partidos,
> As tuas traves todas quebradas.
> Livre de todos os laços, redimido,
> O espírito chegou onde todos os desejos cessam.

Este hino é atribuído ao Buda, que se diz tê-lo composto aquando da sua iluminação. D. T. Suzuki comenta-o assim: "O monstro, o construtor da casa, o criador da prisão, reconhecido, visto, apanhado, cessa finalmente de tecer a sua rede em torno de Buda."

Esta realização surge no satori como experiência pessoal arrasadora, e é muito mais do que uma apreensão abstrata do facto de que o ego definidor e a sua consciência nos ocultam o Ser, pois o reconhecimento do ego vivido em satori quebra efetivamente o seu domínio sobre nós. Isto não significa que deixemos de ter de viver sob as restrições e condições impostas pelo ego depois desta experiência, mas passamos a existir de outra fonte. Já não estamos escravizados pelo ego e pela sua forma de ver, nem à mercê da angústia que causa.

Ao mesmo tempo, o desmascarar do ego como grande pecador e separador, e a libertação dele, é apenas um dos lados do conhecimento que advém com o satori.

O olho interior olha em duas direções. Vê tanto o eu-mundo como o verdadeiro eu, e, uma vez aberto, vemos o eu-mundo não só como uma ameaça constante à presença interior do Ser, mas também como o meio através do qual o Ser se revela na existência aqui-e-agora. Sabemos que o ego, com os seus conceitos estáticos e as suas imagens e atitudes fixas, está constantemente a barrar o caminho à verdadeira vida, mas sabemos também que o Ser só se manifesta na angústia causada pelo ocultamento que o ego lhe impõe e pelas limitações do ego.

O Ser transcende todas as antíteses, mas só pode vir à consciência contra o pano de fundo de algo que o contradiz – e a realidade estática do ego desempenha uma função positiva ao fornecer esse fundo. A abertura do olho interior, olhando em duas direções, permite-nos ver que o mundo dualista nos presta um serviço inestimável ao manifestar o Um precisamente nesse dualismo e ao preparar-nos continuamente para o Um na angústia que esse mesmo dualismo nos causa. E assim só "vemos" verdadeiramente se experienciarmos o Ser sem tentar agarrá-lo, se o reconhecermos sem o ver como "algo", se nos entregarmos a ele sem nos perdermos nele, se

pudermos regressar ao mundo já não os mesmos, mas transformados, conservando a experiência indiminuta em nós e podendo daí em diante ver e interpretar o mundo apenas em termos de Ser. Nascidos para nós próprios a partir da nossa verdadeira natureza, vivemos como seres mudados num mundo em mudança.

Como D. T. Suzuki explica, é o ego relativo, empírico, que foi desmascarado, e o espírito liberto das restrições desse ego é o ego absoluto. “A iluminação consiste em ver o sentido da vida como o jogo do ego relativo com o ego absoluto. Por outras palavras, a iluminação é ver o ego absoluto como refletido no ego relativo e atuando através dele. Ou podemos exprimir a ideia deste modo: o ego absoluto cria o ego relativo para se ver refletido nele, ou seja, no ego relativo. O ego absoluto, enquanto permanecer absoluto, não tem meio de se afirmar, de se manifestar, de realizar todas as suas possibilidades. Precisa de um ego relativo para cumprir as suas ordens.”

O reconhecimento da relação correta entre o Ser e a existência, entre a realidade do ego absoluto e o mundo objetivo do ego empírico, está no coração da iluminação; por isso a iluminação não é apenas uma visão redentora, mas faz exigências positivas sobre nós. É verdade que o mundo objetivo se tornou “transparente” de uma vez por todas, permitindo ao Ser manifestar-se – mas a verdadeira tarefa agora é trazer o Ser para tudo o que vemos e fazemos, tornar a existência plenamente real em termos de Ser. É este novo sentido de responsabilidade para com um novo mundo, e não apenas o quebrar do feitiço do velho, que realmente faz da experiência zen o satori.

Se a unidade última verdadeiramente nos envolve, temos uma sensação profunda de estarmos em comunhão com o mundo e com toda a humanidade, ligados pela verdadeira natureza que partilhamos; e também partilhamos um destino comum: o de nos tornarmos aquilo que somos na nossa verdadeira natureza. O que sentimos uns pelos outros exprime aquilo que a nossa verdadeira natureza faz de nós, o que aspiramos a ser e o que devemos ser: irmãos e irmãs no Ser, nascidos para atravessar a vida em conjunto e ajudar-nos mutuamente a despertar para aquilo que realmente somos, transformando-nos no processo, para que o Absoluto possa brilhar através da forma que usamos neste mundo contingente.

É aqui que a compaixão e a verdadeira companhia começam, no impulso de ajudar os outros a arrancar dos olhos o véu do ego, o ego que só vê antíteses e nos ilude fazendo-nos crer que essas antíteses são a verdadeira realidade. D. T. Suzuki recorda-nos que a iluminação não é fugir do mundo e sentar-se de pernas cruzadas no topo de uma montanha, observando calmamente enquanto os homens bombardeiam outros homens lá em baixo; há mais lágrimas nisto do que gostamos de admitir.

Assim, o satori não é dissolver-se beatificamente no Tudo/Um/Ser; significa ver, criar e testemunhar o Ser na existência, o verdadeiro eu no ego, o Absoluto no relativo, o divino no mundo.

No satori, o mundo é-nos dado de repente de novo, com um novo sentido e uma nova luminosidade, como promessa e como obrigação. Os campos continuam verdes, mas o verde é mais profundo. A humanidade continua humana, mas humana num sentido mais elevado e chamada a uma nova vida. Haverá aqui algo que coloque o Zen em oposição ao pensamento cristão?

COMO SE MANIFESTA O ZEN NA PRÁTICA

A lua espalha luz
Por todo o riacho generosamente.
Os pinheiros respiram suavemente.
Quem conduz esta noite sagrada
À noite sem fim?
No íntimo traz o selo,
A pérola imaculada da natureza de Buda.

Sempre que alguém tem a experiência zen, a vida torna-se Vida, penetra a essência da sua vida humana e torna-se essa essência. Dentro disso, continua a viver a sua vida física no aqui e agora, como qualquer outra pessoa, mas ele próprio é diferente, vive de forma diferente e com um propósito diferente.

"Ser comum é Zen, e ser do contra não é Zen; a tua vida diária, por mais Zen que sejas, não deve diferir da dos teus vizinhos. Se houver alguma diferença, terá de ser na tua vida interior." Mas agora a vida diária está enraizada na Vida tornada consciente de si própria. "Não é, contudo, aquela consciência escura do bruto ou da criança, que aguarda desenvolvimento e clarificação. É, pelo contrário, aquela forma de consciência que só podemos alcançar depois de anos de intensa busca e reflexão."

Quando o seu olho interior se abriu, a pessoa continua a viver normalmente no aqui e agora, mas a transcendência entra no aqui e agora. Tendo despertado para o Ser, vive a partir da sua verdadeira natureza, como um eu situado entre o passado e o futuro, num agora eterno. E porque vive nesse agora eterno, o espaço e o tempo são transformados. Sofre como qualquer outro, mas em certo sentido sofre como se não sofresse, e – qualquer que seja a dor que o mundo lhe cause – nunca perde o bom humor radiante que vem de bem fundo. Então como é o Zen na prática?

Talvez seja riso – um riso incontrolável, fazendo explodir todas as certezas do momento anterior. Talvez seja raiva – surgindo sem ego e sem causa. Movimento tão natural e fluido como o voo de um pássaro que sobe sem esforço. Ação rápida e precisa: apenas o essencial – nada mais! Vai buscar água se houver fogo, e só isso. Come quando tens fome, e só isso. Dorme quando dormes, e só isso. Escreve quando escreves, e só isso. Tudo consciente, vivo e direto, sem nunca haver um sopro entre pensar e fazer. Sem reservas, apenas deixando a vida fluir do centro – tão livre e leve como o bater de uma asa, tão certeiro como uma flecha voando até ao alvo, tão leve como um passo de dança, tão devastador como um golpe de espada, tão preciso como o cinzel de um escultor, tão libertador como a aragem da primavera, e sempre impregnado de amor.

Sem apego, sem se prender a nada. Imobilidade no coração mesmo do tumulto. Cada momento tão fresco como o orvalho, e tão profundo como um poço que reflete as estrelas e toda a eternidade com elas. Partilhando todos os sofrimentos do mundo e nunca questionando o papel que nos cabe. Impiedosos connosco e sem poupar os outros – como o amor que testemunha uma lei mais alta nos comanda. E sempre aquela serenidade forte que uma certa espécie de morte nos ensinou, a clareza e

alegria que vêm de sentir um sentido que abraça o sem-sentido, e a felicidade que nasce de nos sentirmos em segurança, aconteça o que acontecer no mundo.

Andar é Zen,
Sentar também é Zen.
Se falo ou estou em silêncio,
Se paro ou apresso:
Tudo, na sua verdadeira natureza,
É imobilidade.

— SHODOKA

TRANSMITIR A MENSAGEM

Um famoso mestre Zen foi instado a definir a verdadeira natureza do Zen, mas recusou-se a dizer fosse o que fosse. Pressionado por uma resposta, afirmou que não sabia o que era o Zen e que, além disso, ninguém o poderia dizer. Quando alguém sugeriu que um mestre com tantos discípulos deveria saber, se alguém soubesse, manteve-se firme no que dissera, mas acabou por acrescentar: "Dizer o que o Zen 'é' é tão diferente do verdadeiro Zen como dizer o que se sente ao pôr o dedo em água a ferver é diferente de realmente o fazer." O que significa esta história? Significa que o Zen só pode ser experienciado pessoal e diretamente. E, no entanto, a mensagem deve ser passada.

A forma como essa mensagem é apresentada – ou pode ser apresentada – depende sempre do nível de consciência do público real ou pretendido. Não há experiência tão privada que não resista à linguagem comum, às imagens familiares e ao bom senso saudável, nem mistério que não possa ser comunicado a estranhos se as suas raízes religiosas ainda estiverem intactas e, idealmente, as origens carismáticas da religião ainda estiverem vivas. Mesmo uma simples descrição de uma experiência pós-mental do Ser pode encontrar eco quando toca a presença pré-mental do Ser em pessoas que chegaram à fase "mental" do desenvolvimento humano, mas ainda não perderam por completo o contacto com o Ser.

Hoje chegámos a essa etapa no Ocidente, mas o Ser ainda nos toca diretamente se respondermos a partir das profundezas primordiais da nossa consciência. Se confiarmos apenas na consciência objetiva ao olharmos para uma doutrina religiosa, a sua lógica pode convencer-nos e a sua ética atrair-nos – mas o seu verdadeiro sentido escapará. Quanto mais profundamente a nossa perceção da realidade estiver colorida pelos sistemas e restrições da consciência racional, mais certo é que perderemos o sentido oculto quando este nos chega sob uma forma que "compreendemos".

É por isso que falar e escrever "sobre" Zen é sempre um negócio arriscado. Como Alan Watts diz com razão: "Ao escrever sobre o Zen, há dois extremos a evitar: o de definir e explicar tão pouco que o leitor fica completamente confuso, e o de definir e explicar tanto que o leitor pensa que compreende o Zen!" E, no entanto, enquanto o Zen existir, as pessoas continuarão a tentar compreender a natureza da experiência zen e a transmitir esse entendimento a outros. A única questão é: como?

Só podemos compreender os ensinamentos do Zen mantendo os olhos firmemente fixos na experiência que é o seu ponto de partida e destino. Por qualquer padrão, a experiência zen é extraordinariamente valiosa, e o ensino zen presta-nos um verdadeiro serviço ao dar-nos uma visão dessa experiência, de como a podemos ter e de como nos transforma. Se, porém, a compreensão for separada da experiência, ela recai no domínio da teoria abstrata e da discussão filosófica.

Estamos a ter experiências constantemente, mas se não conduzirem à compreensão, de nada nos servem. O Zen transforma a mais profunda experiência humana em compreensão, e apresenta essa compreensão no seu ensino. Mas mesmo isto não basta; é necessário exercício para tornar essa compreensão uma realidade viva. Só o exercício – o exercício árduo e incessante em que alguém procura tirar conclusões práticas da sua compreensão da experiência zen e das suas causas – é a chave do progresso. Assim, o Zen são três coisas: experiência cuja importância é reconhecida; compreensão que ilumina; e exercício constante. Só estas três coisas juntas são Zen, e sem elas não há Zen. Pois o Zen não é uma questão de teoria, mas de prática – prática baseada num certo tipo de experiência e que reconduz a essa experiência. O Zen não é uma teoria de vida, mas uma prática viva.

VIVER O ZEN
MESTRES E DISCÍPULOS

O que procura o Zen fazer por nós? Acordar-nos para a nossa natureza de Buda, a nossa verdadeira natureza. Por isso, praticamos certos exercícios para atingir um estado de mente e de ser no qual possamos ver-nos na nossa verdadeira natureza e manifestar essa verdadeira natureza em nós e através de nós aos outros. O nosso objetivo é permitir que o Absoluto dentro de nós se manifeste; o objetivo do Zen é remover todos os obstáculos e ajudar a que isso aconteça.

Para praticar o Zen precisamos de três tipos de conhecimento: (1) devemos saber que o satori – a experiência que submerge a pessoa na sua verdadeira natureza – é possível; (2) devemos saber o que é que nos separa da nossa verdadeira natureza; (3) devemos saber o caminho que leva do encobrimento da verdadeira natureza à experiência e manifestação da mesma.

Qualquer prática que se proponha transformar-nos depende, para ter êxito, de uma coisa: sabermos o que é que se interpõe no caminho do despertar e da renovação. E qual é esse obstáculo? O ego definidor, cuja consciência e sistema de vida moldam os nossos pensamentos, sentimentos e ações quando nos identificamos com ele. Assim, o propósito central do Zen é impedir que nos identifiquemos com o ego, romper o ego e a sua carapaça, e derrubar o seu sistema de valores.

Todos os exercícios zen partilham o mesmo objetivo inicial: subverter o ego objetivo e os seus valores e, assim, retirar debaixo dos nossos pés o solo que nos impede de contactar com o verdadeiro chão da existência. É aqui que entram os mestres. Zen sem mestres é impensável. Todos os textos zen nos mostram como os mestres incorporam e transmitem o significado e o propósito do Zen, e toda a sabedoria oriental é a sabedoria dos mestres, que mostram aos discípulos o caminho – o caminho que os redime do ego e os liberta para a sua verdadeira natureza. No

Ocidente, há hoje uma necessidade ardente de encontrar este caminho, e, quanto mais aguda ela se torna, mais se faz sentir o apelo aos mestres.

Os mestres zen são implacáveis e duros. Tudo o que está fixo, tem de ser derrubado. Se reivindicamos algo, essa reivindicação é rejeitada. Se nos apegamos a algo, esse apego é arrancado de nós. Se nos orgulhamos de algo, esse orgulho é ridicularizado. As nossas ilusões sobre nós próprios são postas a nu. Quando pensamos que sabemos algo, isso é tornado absurdo. E não há limites – literalmente nenhuns – a que um mestre não recorra.

Diz e faz coisas que não conseguimos sequer começar a compreender até apreendermos o elevado propósito que tudo justifica: a resposta sem sentido, o ataque súbito, o golpe bem apontado, o choque abrupto, o murro na cara, o estalo no ouvido, o insulto áspero, a gargalhada trocista, o grito aterrador, as coisas que o ego não pode aceitar e que, no entanto, tem de aceitar, as coisas que nos fazem engasgar mas que temos de engolir, as coisas que nos apanham de surpresa e nos derrubam, destruindo tudo aquilo em que a nossa imagem habitual do mundo e de nós próprios nos ensinou a confiar como apoio, elevação e segurança.

É precisamente quando o chão nos é retirado e caímos que podemos de repente pressentir uma verdade fora do nosso modo habitual de ver, e perceber que os valores fixos que antes eram tudo e definiam a nossa posição são apenas o correlato objetivo de uma postura subjetiva que a nossa compreensão limitada determinou, e que por isso nos separou de algo que nunca pode ser determinado.

Mas para fazer tudo isto, o mestre ainda precisa de uma coisa, sem a qual não pode funcionar: um discípulo. E quando pode alguém chamar-se discípulo?

Só se pode chamar discípulo quando está consumido de desejo, quando a angústia o trouxe à última barreira e sente que tem de a romper ou morrer.

Só se pode chamar discípulo quando a inquietação do coração o prende e não o larga até encontrar um modo de a sossegar.

Só se pode chamar discípulo quando pôs o pé no caminho, sabe que não pode voltar atrás e está disposto a ser guiado e a obedecer.

Só se pode chamar discípulo quando é capaz de uma fé incondicional, de seguir sem compreender, e está pronto a enfrentar e suportar qualquer provação.

Só se pode chamar discípulo quando pode ser duro consigo mesmo e está preparado para deixar tudo pelo Um, que nele força caminho rumo à luz.

Só quando o incondicional o possui é que pode aceitar toda a condição e suportar todas as provações do caminho para o qual o mestre o conduz.

TUDO OU NADA está escrito em grandes caracteres por cima da porta pela qual o discípulo passa a caminho da sala de prática. Tem de deixar tudo para trás, mas pode levar consigo uma certeza: não é o capricho que o espera, mas a sabedoria clarividente do mestre, que se foca incansavelmente no que ele realmente é e não poupa esforços para o trazer à luz; dele espera-se uma espécie de morte, mas o seu sentido não é a morte, mas a Vida para além da vida e da morte; não a destruição da

existência, mas o Ser que a irradia. Eis o significado do caminho que o mestre mostra ao discípulo.

DE CORAÇÃO A CORAÇÃO

Que dizer, que fazer, como agir quando se deseja revelar o Ser a outra pessoa, que "naturalmente" pensa e vive de formas que o lhe ocultam? Esta é a questão que sempre confrontou os profetas do Ser, e para a qual os mestres Zen encontraram as suas próprias respostas. E é precisamente o encontrar constantes soluções novas para este problema que é o traço mais típico do Zen. Como conduz o mestre Zen o discípulo até à experiência do Ser? A instrução formal não é o mais importante no processo. No essencial, o que conta é a comunicação de coração a coração, de verdadeira natureza a verdadeira natureza – do Ser, que sou na minha verdadeira natureza, ao Ser, que cada outra pessoa também é na sua verdadeira natureza.

Um mestre Zen no Oriente não se interessa pelo passado do discípulo: ignora complexos e sonhos. Não é psicanalista, nem se comporta como professor. Não perscruta, não corrige, não aconselha. Está cheio do Um e foca-se unicamente no Um. Vê apenas aquilo que o discípulo realmente é, aproxima-se disso a partir do que ele próprio realmente é, ama-o, tenta contactar com ele e prossegue incansavelmente em busca disso. Para ele, tudo o que bloqueia a verdadeira natureza do discípulo resume-se num erro fatal: o apego a coisas que o discípulo considera imutáveis e que o impedem de se transformar. Esta é a raiz do mal e tem de ser arrancada pela raiz.

Tudo o que o mestre diz e faz brota espontânea e diretamente do domínio do "indeterminado" e visa libertar o indeterminado nos seus discípulos também. Isto é questão de contacto instantâneo, aqui e agora, pois este é o único tipo de contacto que reflete o agora eterno e no qual o discípulo pode receber o raio da revelação, rompendo o sistema que até então o manteve prisioneiro. Cada imagem familiar, cada conceito gasto, cada descrição meramente convencional do mal é perigosa. Só a palavra ou o silêncio, a ação ou a inação, que vêm aqui e agora, uma vez e irrepetíveis, do coração – do contacto direto com o Um – podem chegar ao discípulo, tocar a presença do Ser nele, acordá-la e trazê-la à luz.

Recordo-me do que o meu próprio mestre disse quando manifestei o receio de que os seus conceitos e imagens pouco me servissem com europeus: "Estás a ver mal! Ou compreendes, ou não compreendes. Se não compreendes, todos os conceitos e imagens que uses serão inúteis. Se compreendes, encontrarás sempre o teu próprio caminho – a palavra, o gesto ou mesmo o silêncio que tocará a outra pessoa naquele momento, romperá o seu muro, atingirá a sua verdadeira natureza e, conforme o seu temperamento e maturidade, lhe permitirá dar o passo seguinte." Isto é o Zen!

Cada palavra, cada ação só têm sentido e valor num momento determinado, numa situação específica. Os conceitos e imagens fixas da prática e ensino religiosos convencionais muitas vezes represam a nascente viva, por isso não devemos espantar-nos ao saber que inúmeros estudantes Zen, após uma vida inteira a estudar as escrituras e a ajoelhar diante da imagem do Buda, queimaram essas escrituras e destruíram a imagem quando o satori lhes trouxe a experiência direta do Ser.

IMOBILIDADE E SILÊNCIO

O primeiro meio que um mestre Zen utiliza para preparar e abrir o seu discípulo à experiência do Ser é o silêncio.

O silêncio como caminho para a experiência em que a pessoa sente a presença do Ser em si próprio é praticado na arte da meditação, ou seja, a concentração silenciosa em zazen. Este exercício tem raízes numa cultura inteira de imobilidade, típica do Oriente em geral e do Zen em particular.

A contemplação silenciosa é o elemento central da vida dos monges, mas sentar-se em silêncio não se pratica apenas nos mosteiros. Pelo contrário, é parte natural da vida no Oriente, sempre que se respeitam as velhas tradições. Mas mesmo no Oriente, só quem sabe o que procura encontra o maior tesouro que ali existe: o contacto com o que realmente somos.

Todos os mestres nos dizem que a realidade da vida – que a nossa ruidosa consciência desperta nos impede de ouvir – fala-nos sobretudo no silêncio. “No funcionamento da mente oriental”, diz Suzuki, “há algo de calmo, silencioso, indestrutível, que parece estar sempre a olhar para a eternidade. Essa quietude e silêncio, no entanto, não apontam para simples inatividade ou ociosidade...

É o silêncio de um ‘abismo eterno’ em que todos os contrastes e condições são sepultados; é o silêncio de Deus, que, profundamente absorto na contemplação das suas obras passadas, presentes e futuras, se senta calmamente no seu trono de absoluta unidade e totalidade... Ai daqueles que o tomam por decadência e morte, pois serão esmagados por uma explosão irresistível de atividade vinda do eterno silêncio.”

Esta imobilidade é também a imobilidade do Zen.

É a imobilidade da fonte insondável e origem de toda a crença, que nunca pode ser obscurecida porque é o ponto onde a vida, transcendendo todos os conceitos e imagens, tem a sua origem – e é também por isso que nenhum conceito, imagem ou pergunta pode penetrá-la.

Poucas coisas há que os ocidentais tenham mais dificuldade em encontrar ou praticar do que a imobilidade. O ruído assalta-nos por todos os lados – ruído exterior mas, ainda mais, ruído interior: as nossas ansiedades, sentimentos abafados, impulsos reprimidos, desejos, anseios e, sobretudo, a nossa angústia tumultuosa por perdermos o contacto com a nossa verdadeira natureza, presa e esquecida.

Estamos habituados ao ruído, esperamos por ele, e muitas vezes não conseguimos viver sem ele – chegando até a usá-lo para suavizar as preocupações do dia a dia. Procuramos conforto na multiplicidade, que troveja em nós e à nossa volta, e perdemos o Um, de que precisamos vitalmente mas que só se revela na imobilidade. A ideia de ficarmos frente a frente connosco próprios apavora-nos. E é precisamente isto que o sentar em silêncio pretende fazer: obrigar-nos a encarar-nos a nós próprios e à nossa verdadeira natureza e, no caminho para esse encontro, a tudo o que nos separa dela.

Há também o silêncio que fala e que nasce do silêncio, mas fala apenas se suportarmos o silêncio com paciência e concentrarmos toda a atenção na resposta. Em momentos de desespero profundo, todos já rezámos a Deus por uma resposta – e Deus, em vez de responder, permaneceu em silêncio e, permanecendo silencioso, mergulhou-nos ainda mais na escuridão. E então, se resistirmos sem queixume, a resposta surge de súbito desse silêncio e inunda-nos de luz.

E, no entanto, o que pode ser mais estranho ao nosso modo normal de escutar do que o silêncio absoluto? A verdade divina, porém, não nos fala na nossa linguagem habitual. E é precisamente o silêncio que nos confronta quando todas as nossas expectativas estão voltadas para uma resposta falada que pode de repente despertar-nos para a consciência. Isto é algo que os mestres Zen conhecem bem.

Há inúmeras histórias zen em que um aluno, consumido de desejo ardente, se dirige ao mestre em busca da resposta àquela questão única que resume e expressa toda a sua busca, toda a sua angústia. O mestre recebe-o. O grande momento decisivo chegou. O mestre sabe que tudo está em jogo. O que dirá ele? O aluno faz a sua pergunta, espera sem respirar pela resposta, e o inesperado acontece: o mestre olha para ele – firme, profundamente – e nada diz! O seu silêncio tem o peso, a solidez do bronze.

E a realização atinge o aluno como um raio. Todo o edifício sobre o qual a sua pergunta assentava colapsa. E algo a que as perguntas não chegam irrompe dentro dele. Ardendo, cambaleando, chorando, rindo, desperta para a verdade. Um exemplo bem conhecido é a história do Mestre Juchi, que Hermann Hesse versificou para Wilhelm Gundert, aquando da publicação do seu grande livro, Bi-Yan-Lu:

Dizem que o mestre Juchi
Tinha um modo amável, pacífico, modesto,
Nunca foi ouvido falar, nunca ensinou,
Pois as palavras são apenas ilusões, e ele procurava
Manter as ilusões afastadas com fidelidade.
E assim, enquanto outros exibiam o seu saber,
Enquanto noviços e monges discutiam
O sentido do mundo, o seu porquê e razão,
E para cada “porque” encontravam um “portanto”,
Ele ouvia e nada dizia, erguendo sempre
Um dedo em advertência – o mesmo gesto
Para quem viesse –
Questionadores, distraídos ou perplexos,
Indagando sobre o sentido de um texto,
O despertar da verdade ou o nome de Buda.
Silencioso mas eloquente, esse dedo erguido
Tornava-se cada vez mais insistente, mais exigente;
Instruindo, guiando, elogiando, repreendendo,
Sobre o sentido do mundo e da verdade falava
Tão bem que mais de um discípulo, compreendendo
A sua suave mensagem, de repente despertava.

O silêncio só nos pode despertar quando destrói tudo aquilo que nos impede de experienciar o Ser. A corrente que nos prende só se rompe quando é esticada até ao limite – e além. Por isso, o silêncio só pode produzir este efeito quando destrói o solo onde o perguntador se apoia, e quando a pergunta é a destilação da busca de uma vida inteira e a vida do buscador depende dela.

As histórias do silêncio dos mestres e do seu impacto nos discípulos não podem ser compreendidas a menos que esta seja a situação – a menos que a angústia de uma vida inteira se concentre na pergunta e tudo dependa da resposta. E o que é verdade do silêncio é também verdade para os outros meios que o mestre usa para ajudar os discípulos.

A DISCIPLINA DO SILÊNCIO

Uma das formas de guiar um discípulo pelo caminho do Zen é destruir todos os conceitos e imagens que ele usa para "agarrar" a verdade. Isto impede-o de confundir a imagem com a coisa – "o dedo que aponta para a lua com a própria lua" – e também de repousar comodamente em ideias fixas. Se, durante uma instrução, o discípulo repete algo que o mestre acabou de dizer, o mestre zomba dele e diz o contrário. Quando um dito é repetido, deixa de ser verdadeiro; isto aplica-se mesmo aos provérbios antigos. É por isso que os mestres são muitas vezes tão duros, até brutais, nos seus comentários sobre as palavras de outros mestres. Nada do que se diz sobre a verdade pode ou deve ser dito uma vez por todas – mesmo algo dito por um mestre, que se torna morto e até prejudicial quando é papagueado por outro. Uma bomba verbal lançada contra as nossas pressuposições não pode ser reciclada como almofada para mais dessas pressuposições.

Quando um mestre vê que o discípulo está perto da verdade, ou até já a saboreou, a sua severidade só aumenta. Um exemplo: Um discípulo regressa de uma peregrinação durante a qual lhe veio o satori. Aproxima-se respeitosamente do mestre, que o recebe em silêncio, e ajoelha-se diante dele. Quando está prestes a erguer a cabeça e a falar, o mestre ergue o bastão e dá-lhe trinta bordoadas em rápida sucessão. "Por que fizeste isto, mestre?" pergunta o discípulo. "Eu nada disse." "Mesmo uma palavra," responde o mestre, "e já teria sido tarde demais!" Impedindo-o de pôr a experiência em palavras, o mestre salva-o de perder o tesouro contido nessa experiência.

Outro exemplo: O discípulo entra na sala do mestre, e este vê logo que ele experimentou satori. Submete-o a uma última prova. O discípulo ajoelha-se sem falar e o mestre diz-lhe amigavelmente: "Então, já tens isso!" "Sim, mestre, tenho", responde o pobre discípulo. "Não tens nada!" ruge o mestre. "Sai da minha frente!"

A velha sabedoria dos místicos – ver como se não víssemos, ter como se não tivéssemos, fazer como se não fizéssemos! Mas quão difícil isto é, e quanto mais difícil para nós do que para o oriental, menos obcecado pela necessidade de definir e tornar tudo definido. Todos já tivemos a dolorosa experiência de ver sentimentos

simplesmente dissolverem-se porque alguém tentou “compreendê-los” e pô-los em palavras – ou porque nós próprios o fizemos.

Talvez estejamos perdidos na contemplação de uma paisagem, de um nascer do sol, de uma flor, totalmente em união com o que vemos e sentimos e profundamente conscientes da plenitude do Ser, de um modo que só acontece quando todas as barreiras caem. De repente, alguém aparece ao nosso lado e diz: “Que bonito!” E a vida parece rasgar-se. Voltamos a estar dentro de nós, e a “beleza” está noutro lugar – lá fora! O que quer que nos ligasse à beleza, na sua verdadeira natureza e na nossa, desapareceu, e já não pode ser recuperado.

Se isto é verdade para sentimentos quotidianos, é ainda mais verdade para aquelas experiências delicadas em que o Ser nos toca porque, de súbito, nos abrimos à sua presença constante. Lembro-me de um sonho que tive. Entrei numa igreja. As pessoas andavam por todo o lado, e um guia mostrava-lhes uma pequena figura de bronze de Cristo. De repente, um dos braços estendidos da figura virou-se para mim. Agarrei-lhe a mão, e fui imediatamente invadido por um sentimento impossível de descrever. O Ser, em toda a sua plenitude, parecia inundar-me. Tudo parecia totalmente significativo e claro, e eu sentia-me completamente protegido, em absoluta paz. Então, de súbito, comecei a duvidar.

Afastei-me ligeiramente e a pergunta “O que é isto?” começou a formar-se timidamente na minha mente. De imediato, a pequena estátua desfez-se em pó – simplesmente desapareceu! Perdi tudo. O medo invadiu-me e acordei com uma sensação de desolação e culpa. Assim são as coisas; há uma realidade que desaparece assim que a definimos, assim que perguntamos o que é. Na verdade, basta esboçar a pergunta para dissipar algo que ainda há pouco estava lá.

Esta perceção está subjacente a todas as afirmações essenciais do Zen e aumenta imensamente o seu significado para nós; pois, se procuramos algo que possa ser “definido” sem dúvida alguma, precisamos desesperadamente de alguém que nos diga que esse tipo de busca está na verdade a ocultar-nos a verdade da Vida.

PARADOXO

Naturalmente, tendemos a ver o mundo em termos do conhecimento objetivo que perguntas como “O que é isto?” procuram fornecer. Quão difícil é deixar entrar o Ser sem logo o perdermos de novo, ao permitirmos que a consciência objetiva se fixe nele – mas é precisamente aqui que o caminho interior pode ajudar-nos.

Se os alicerces em que assentamos na consciência natural nos impedem realmente de experienciar o Ser, então o mestre que nos quer conduzir a essa experiência tem primeiro de fazer tudo o que puder para os derrubar. É por isso que as suas ações tantas vezes nos surpreendem como raios vindos do nada, porque fala em enigmas, porque o choque é a sua ternura e o absurdo a sua lógica.

O aluno pergunta: “O que significa a vinda de Bodhidharma?”
O mestre responde: “O carvalho no pátio.”
Outro aluno pergunta: “O que é o Buda?”
O mestre responde: “Nunca houve nenhum!”
Mais alguns exemplos:

O aluno pergunta: “O que é a vida quotidiana?”
O mestre levanta o leque.
“É isso?”, pergunta o monge.
“O que é isso?”, diz o mestre.
O monge não responde.
“O que é o momento presente?”
“Nunca ninguém me perguntou isso antes.”
“Pergunto agora, mestre.”
“Seu tolo!”

Há inúmeras respostas deste género – respostas aparentemente absurdas e exasperantes. O que querem elas dizer? É fácil ou difícil perceber o seu sentido? Enquanto continuarmos a perguntar “O que é isto?”, permanecemos prisioneiros da nossa consciência mundana, que, precisamente por ser mundana, mantém o supra-mundano à distância. O mesmo vale para “Quando?” ou “Onde?” A vida está para além dos “cinco Q’s” – quem, o quê, quando, onde, porquê; “não pode ser questionada”, diz Mestre Eckhart.

As respostas a todas estas perguntas definem algo, projetam-no na consciência objetiva e estática, e reduzem a vida a factos. Sem factos, as pessoas sentem-se perdidas. Mas o que lhes acontecerá se dependem totalmente desses factos, vendo a própria vida apenas em termos que transformam tudo em “facto”? O Ser e a sua verdadeira natureza ficam-lhes vedados. Se a realidade nos quiser alcançar, temos de aprender a virar as costas a tudo o que nos afasta dela.

Quando a consciência objetiva se pretende absoluta, torna-se uma muralha, e só a conseguimos derrubar confiando na verdade do intangível, do numinoso, que respira na nossa experiência mais profunda, evitando qualquer tentativa de prender essa experiência. Eis por que razão o buraco aberto na teia ordenada da realidade “objetiva” pela resposta paradoxal do mestre pode também ser a abertura por onde a grande luz lança um primeiro raio inesperado sobre o buscador.

PRATICAR ZEN

O SENTIDO DO EXERCÍCIO

O Oriente fala-nos nos seus livros sábios, mas fala-nos ainda mais claramente hoje nos exercícios que nos ensina a praticar, dizendo-nos que trabalhar assim sobre nós próprios nos transformará em algo mais. Mas o que significa esse “mais”? Pessoas diferentes oferecem respostas diferentes.

Na verdade, a maioria das pessoas que hoje pratica estes exercícios fá-lo para restaurar ou melhorar o desempenho ou a saúde, para se tornarem mais eficientes e terem maior controlo sobre a vida. Isto é certamente útil, mas nada tem a ver com o que o Zen entende por prática.

O hatha yoga, por exemplo, é adotado com esse espírito prático e ensinado como uma espécie de ginástica. Isto é, sem dúvida, bom para a saúde, melhora a concentração e faz-nos sentir melhor no dia a dia, mas já nada tem que ver com o verdadeiro sentido do yoga. O yoga não serve para tornar alguém mais eficiente ou para o ajudar a desenvolver "faculdades superiores", mas para o "atar" à realidade divina.

Quem procura poder mundano sente-se muitas vezes atraído pelos milagres dos chamados iogues indianos, que na verdade deixaram de ser iogues e se tornaram faquires. Mesmo no Oriente, a tentação de querer fazer milagres não é rara. Uma vez perguntei a um mestre zen o que pensava dos milagres dos "iogues" indianos, e ele disse: "Quando uma pessoa passa anos ou décadas a desenvolver certas faculdades físicas ou espirituais, pode sempre fazer coisas que parecem maravilhosas aos outros no fim desse tempo.

Mas o que tem isso a ver com o caminho interior? É ao contrário: Se alguém está no caminho e a praticar o caminho, com o tempo descobre que é capaz de coisas aparentemente miraculosas, primeiro na sua própria área de exercício e depois para além dela. Mas não é para isso que serve o exercício. O exercício serve o seu progresso no caminho interior, e é isso que importa."

É, pois, fundamental distinguir entre exercícios ao serviço do ego-mundano, isto é, exercícios pragmáticos, e exercícios ao serviço da realização da verdadeira natureza. Podemos chamar-lhes exercícios de iniciação, que abrem a porta ao Mistério – o Mistério sendo, na verdade, a "verdadeira natureza", o centro insondável de todas as coisas. Tomar consciência interior desse centro, dissolver-se nele e fazer dele o fundamento de tudo o que fazemos é o objetivo de todos os exercícios zen.

Alguns exercícios, no entanto, parecem ajudar-nos a caminhar para o centro, mas na verdade afastam-nos ainda mais perigosamente – exercícios de respiração, relaxamento, postura e meditação que dissipam temporariamente a tensão e a frustração, acalmando-nos e dando-nos uma sensação (errada) de progresso no caminho interior. Enquanto o ego-mundano mantiver o controlo, tudo o que esses exercícios fazem é, de forma traiçoeira, fomentar um estado de espírito e de ser que reforça esse ego.

Até os exercícios zen podem ser facilmente interpretados como visando eficiência mundana ou mesmo feitos miraculosos. Histórias como a do mestre espadachim que imobiliza a arma do adversário no ar com um olhar, o mestre arqueiro que acerta no alvo perfeito no escuro e parte a primeira seta com a segunda, o mestre que desperta um morto para a vida ou faz um pássaro cair morto ao chão com um grito: sendo verdadeiras, podem facilmente enganar-nos, se formos guiados pelo ego-mundano ambicioso, levando-nos a praticar Zen esperando proezas semelhantes. Mas se for assim que nos aproximamos destes exercícios, estamos a interpretá-los mal e a perder o que têm para nos oferecer.

Também é fácil, se só nos interessarmos pelo mundo, interpretar mal a prática zen da meditação sentada – zazen – e pensar que serve apenas para continuarmos a levar a velha vida, mas de forma mais relaxada, mais distante e "serena".

Assim se perde o verdadeiro sentido e espírito da prática zen, e também se perde a resposta que ela pode dar à aspiração vital do Ocidente – o anseio de sentir a verdadeira natureza a romper, de a manifestar livremente em tudo o que fazemos e assim nos tornarmos plenamente humanos pela primeira vez.

O exercício zen nunca procura simplesmente aumentar o conhecimento ou as capacidades de alguém, deixando-o de resto inalterado; pretende transformar totalmente a pessoa, acordá-la para a verdadeira natureza e transformá-la a partir dela. Assim, todos os exercícios zen centram-se no ponto de viragem da transformação humana, no satori, a Grande Experiência, em que o velho ego desaparece, a verdadeira natureza emerge e o indivíduo, transformado para si próprio, regressa ao mundo onde agora testemunha o Ser – conhecendo, criando e amando de uma nova maneira.

Praticar o Zen é trabalhar de modo disciplinado para um estado de mente e de ser em que o Absoluto está plenamente presente e assume forma em nós, enquanto a sua unidade total é diretamente experienciada e se torna criativamente ativa. Como se chega a esse estado de mente e de ser? Integrando o ego aqui-e-agora com a verdadeira natureza e o Ser para além do aqui-e-agora. O seu propósito? Testemunhar o Ser na existência aqui-e-agora. O estado de unidade que alcançamos quando estamos "integrados no Ser" no Zen não é, por isso, apenas uma questão de renúncia ao mundo e desaparecimento no Absoluto. Trata-se também de regressar ao mundo – agora permanentemente uno com a verdadeira natureza e verdadeiramente nós próprios pelo contacto com o Ser – e preservar esse contacto agindo de modo consonante com o Ser. Em que consiste, então, o "trabalho zen"?

DESMANTELAR O EGO

O "trabalho zen" visa alcançar um contacto e união cada vez mais profundos com a verdadeira natureza e – uma vez operada a rutura e despertada a nova consciência (satori) – tomar forma e testemunhar essa verdadeira natureza na vida e trabalho quotidianos. O ponto de viragem é o satori. A condição prévia é o desmantelamento do ego.

Desmantelar o ego! Quem ouve isto hoje reage de formas muito diferentes e com sentimentos mistos. Muitos rejeitam logo a ideia. Os psicólogos apressam-se a sugerir que demasiado pouco – e não demasiado – ego é muito mais problemático do que pensamos. E muitos veem neste apelo fundamental a "largar o ego" o perigo tipicamente oriental de perder a individualidade, abandonar o pilar do pensamento europeu, desaparecer no nada, dissolver-se no Todo-Uno.

Os antroposofistas temem perder o seu "impulso crístico do ego". Nada disto é o caso. O Zen não quer destruir o ego, mas transformar o ego centrado no mundo e mudar a pessoa determinada apenas por esse ego numa pessoa determinada pela sua verdadeira natureza. Nem rejeita o mundo, mas apenas o apego ao mundo.

Quando fala em “desmantelar o ego”, o Zen está a referir-se – em pleno acordo com a tradição espiritual ocidental – à condição básica que devemos cumprir para nos tornarmos verdadeiramente nós próprios e moldarmos a vida de forma consonante com o Ser. Desmantelar o ego, neste sentido, significa sobretudo desfazer o pequeno ego ávido de poder, assertivo e possessivo, que está sempre ansiosamente focado na sua própria sobrevivência, estatuto e sucesso. Mesmo na esfera “objetiva”, todos sabemos que não podemos fazer nada que valha a pena ou sequer emergir como “personalidades” – membros integrados da comunidade, partilhando valores, atitudes e aspirações – enquanto esse ego existir.

Mas desmantelar o ego, em Zen, não é simplesmente algo que tenhamos de fazer para viver e pensar como membros da comunidade. É algo que temos de fazer para libertar a nossa espiritualidade – e isto pode ser ainda mais difícil se estivermos ancorados em valores objetivos, lógicos, estéticos e éticos do que se estivermos centrados no ego interessado em si.

Quanto mais egoísta for uma pessoa, maior é a probabilidade de correr para a catástrofe e, depois de bater no fundo, ouvir e atender ao apelo de outro modo de vida. Quanto mais racional e ética for, maior o perigo de que a sua existência justificada (justificada porque está de acordo com normas e valores aceites) mantenha o seu domínio paralisante e assim a corte da vida real – pois até a virtude, quando se transforma num sistema rígido, é inimiga da vida.

O Zen, como todo o budismo, vê o apego como a verdadeira raiz do mal, e as pessoas como más na medida em que o apego as faz assim. O apego impede-nos de pensar ou viver de modos melhores, e assim corta-nos do poder criativo e redentor da vida. Isto significa que a iluminação só é possível quando o apego foi superado. As três falhas humanas básicas que o budismo repetidamente sublinha – ignorância, desejo e aversão – são elas próprias meros desdobramentos do apego.

O apego visa sempre a posse. Está enraizado na ânsia de permanência, na busca de algo fixo; faz com que as pessoas se agarrem a tudo o que uma vez possuíram, conheceram ou foram capazes de fazer. “Amar”, neste sentido, significa apegar-se tão fortemente que já não se pode largar. Uma vez fixadas as nossas noções e imagens da vida, ficamos “presos” por elas e já não conseguimos escapar-lhes. As imagens, claro, conquistaram respeito que a lógica árida perdeu – e com razão, já que é nas imagens e a partir delas que a vida amadurece em forma.

Mas as imagens, uma vez endurecidas e cristalizadas, tornam ainda mais difícil o desenvolvimento e amadurecimento da vida; de facto, as imagens e noções são muitas vezes mais eficazes do que os conceitos para manter de fora o sopro da vida. Há, contudo, um terceiro e talvez ainda maior perigo: modos de pensar, de se mover, de falar, que se tornaram hábitos e não podem ser mudados. É como se as pessoas receassem que os seus egos (e elas próprias) fossem catastroficamente ameaçados pelo abandono de gestos enraizados ou de manias prejudiciais – por exemplo, os ombros permanentemente contraídos onde se refugia um ego desconfiado, receoso ou arrogante.

O elemento fixo é a visão do mundo e o estilo de vida presos em conceitos, imagens e atitudes que se congelaram e solidificaram. O elemento fixador é o ego definidor, o

“construtor e guardião da casa”. Por isso, a prática Zen começa sempre pelo desmantelamento do ego objetivo e definidor, o ego preocupado com a posse e assertividade, o ego que evita a dor, procura o prazer, e desconfia de tudo, o ego que está constantemente a repetir o que aprendeu a fazer.

No ego definidor e apegado, a plenitude que somos na nossa verdadeira natureza é transformada na multiplicidade objetiva do que temos. O Zen devolve-nos à nossa verdadeira natureza.

O Zen ensina que há duas formas de neutralizar o ego: desgastar-lhe a energia levando o pensamento ou ação objetiva ao extremo, ou retirá-lo totalmente da atividade objetiva através da meditação. Tudo depende de experimentar e suportar o nada, o vazio – pois só no vazio podem ser revelados a plenitude, forma, energia e unidade do Ser.

O exercício básico do Zen é o zazen. No Rinzai Zen há ainda, sobretudo, o koan, um problema que o aluno recebe para pensar, mas que não pode resolver pelo pensamento. Só quando a pessoa chega ao limite das suas capacidades é que fica suficientemente abalada para perceber que está no caminho errado. Só quando atinge o ponto de rutura é que o olho interior se abre e a consciência que o revela a si próprio como Ser é libertada.

Quando esta nova consciência nasce, continua a ver o mundo objetivamente, mas a visão objetiva ganha de repente um significado mais profundo, e sente que toda a sua vida está ancorada no Ser, que está para lá da vida e da morte, do eu e do mundo, de qualquer “isto ou aquilo”. Este processo de transformação também é servido por exercícios em que uma certa habilidade é praticada até ao ponto de perfeição que não é fruto de talento, mas da maturidade que o praticante atinge disciplinando-se, morrendo para si mesmo e renascendo de novo.

É aqui que entram os velhos exercícios japoneses – arco, esgrima, luta com lança, todas as artes marciais. Também a cerimónia do chá e o arranjo de flores. Em todas estas práticas, a respiração certa, o equilíbrio certo, a imobilidade certa, ajudam a refazer o indivíduo. O objetivo básico é sempre o mesmo: ao praticar incansavelmente uma dada arte, o aluno acaba por libertar-se do ego com os seus medos, ambições mundanas e apego ao escrutínio objetivo – liberta-se dele tão completamente que se torna instrumento de um poder mais profundo, do qual a mestria brota instintivamente, sem esforço, como fruto maduro.

Sempre que alguém se consegue libertar do ego e tornar-se puro instrumento, liberta o Ser, que está sempre a procurar manifestar-se nele, deixando que cante a sua canção eterna através da sua arte particular. E quanto mais se identifica com o que experiencia e expressa nessa arte, mais frutífero e real isso se torna ao longo da vida.

O SENTIDO DA TÉCNICA

O objetivo de qualquer exercício onde se pratica uma técnica específica não é a melhoria da execução em si, mas o que acontece ao praticante. Melhorar o desempenho é, claro, o objetivo imediato – mas o importante é a pessoa que o alcança, que se purifica e transforma ao procurar aperfeiçoar o exercício da maneira

certa. O que “prática” significa aqui não é de todo o que significa quando está em causa apenas o desempenho em si. Praticado com o espírito certo, como meio para o caminho, o exercício transforma totalmente a pessoa; a transformação torna-se não só necessária, mas suficiente para aperfeiçoar a execução. A habilidade mostra sempre que alguém praticou, mas o tipo especial de habilidade que acompanha o ensinamento sublime do Zen mostra que o Ser transformou alguém e ele próprio se expressa nessa mudança. Eis porque o Oriente fala de um Tao da técnica, em que Tao e técnica se tornam um só no indivíduo, de modo que a técnica exprime o Tao.

O testemunho mais impressionante da mudança operada por anos de prática de uma arte é dado por Eugen Herrigel no seu livro sobre o arco e Zen. Ele mostra que o arco, “na medida em que é um combate do arqueiro consigo próprio”, é uma questão de vida ou morte. Porquê? Porque é um exercício em que “no fundo o atirador mira-se a si mesmo e pode até conseguir acertar em si mesmo”.

A repetição sem fim é comum a todos os exercícios. No início, é necessária concentração total, mas à medida que os gestos se tornam automáticos, a tensão ego/objeto, enraizada no esforço intencional, vai-se relaxando até que ego e objeto (o utensílio, o instrumento, mas também a própria técnica) se tornam um só, e a consciência objetiva, definidora e intencional é separada e neutralizada. Só quando a tensão intencional já não é necessária é que o seu veículo – o ego – pode ser neutralizado.

E só quando o ego desaparece é que o espírito (no sentido de energia supra-pessoal) pode entrar em ação e a mestria surge livremente, como que por si própria, a partir da verdadeira natureza do praticante. Neste ponto, a mestria já não é produto de esforço consciente, mas a revelação da verdadeira natureza numa determinada prática.

As etapas do processo, descritas por Herrigel, são as seguintes: relaxar completamente e libertar toda a tensão, concentrar-se totalmente, penetrar o mistério da respiração, dominar a “forma” (a técnica exterior) até ao limite através de repetição infinita, permitir que o “espírito” se abra para que a flecha seja disparada sem esforço, “desvalorizar” todo o interesse (não só em acertar no alvo, mas também no progresso interior) – tudo isto protegido, sustentado e levado adiante apenas por prática constante, repetida sem cessar, cada vez mais sem perguntas. O exercício persistente é a barreira onde muitos tropeçam. Nem todos os exercícios são difíceis em si, mas praticá-los devidamente é difícil.

A prática, tal como o Zen a entende e Herrigel a descreve, abre um caminho que nós, no Ocidente, faríamos bem em seguir. Deixando de ser apenas meio para uma técnica, torna-se veículo de ajuda a nós próprios e aos outros para rompermos até à verdadeira natureza e dar-lhe forma no mundo. Vista deste modo, a prática torna-se veículo da única orientação verdadeiramente útil, e qualquer prática centrada na transformação pessoal – no renascimento da pessoa para si própria e para o seu potencial criador, na manifestação da verdadeira natureza em tudo o que faz – aproxima-se do Zen.

O ponto de viragem do exercício dá-se quando a nossa atenção se desloca das noções e metas objetivas para o estado de espírito, a atitude e o movimento que surgem de dentro e só podem ser interiormente sentidos. Isto confere um novo

significado a certas práticas terapêuticas que até agora foram usadas sobretudo para restaurar a saúde e a energia produtiva. O desenho e a pintura, frequentemente usados como terapia, são um exemplo.

Praticados no espírito Zen, não servem apenas para diagnóstico ou para uma libertação genérica, mas tornam-se parte de um processo orientado que leva a pessoa até si mesma. Maria Hippius descreveu esse processo assim: “Quem pratica o desenho como meio de aperfeiçoamento pode tornar-se consciente de certas energias criativas básicas dentro de si e desenvolver-se em direção a algo que lhe surge como uma experiência interior fundamental.

Assim, pode alcançar um novo ‘entendimento’ de si próprio e do mundo através de experiências essenciais e substanciais que adquire e traz à consciência pelos sentidos, e não apenas pela mente. Praticado corretamente, o desenho pode ajudá-lo a ver que os seus erros são erros no caminho para se tornar um ser humano pleno, e que não pode ser totalmente ele próprio até contactar com a sua verdadeira natureza e encontrar o caminho de volta à força que realmente o sustenta.

“Como qualquer exercício terapêutico, o desenho terapêutico procura acordar a pessoa que estagnou, trazer gradualmente um novo impulso vital, e evocar impulsos básicos, mobilizando algo mais profundo e forte na sua consciência e conduta do que as ‘realidades’ pelas quais anteriormente tentou viver. A sua persona marcada e retorcida, os seus fracassos e receios – tudo o que o separa da realidade e da verdade – é deixado para trás à medida que as forças primordiais do Ser os vão submergindo.

Podem ser mobilizados poderes profundos da sua própria natureza, que vão modelando progressivamente o seu núcleo interior e revelando o seu potencial mais íntimo enquanto indivíduo. Complexos paralisantes e inércia são substituídos por um misterioso ‘impulso do Ser’, impulso esse que é certamente fraco no início, mas ganha gradualmente força – um impulso que vem da verdadeira natureza e é causado (agora no sentido mais pleno) pelo próprio indivíduo que parecia ter chegado a um beco sem saída.

“Para se atingir este resultado, o exercício de desenhar, escrever (grafoterapia), pintar ou modelar deve ter um carácter meditativo, ritual. Nenhuma atividade curativa pode ter êxito se a transcendência, isto é, a verdadeira natureza do paciente, não for mantida firmemente em vista. Da mesma forma, nenhuma atividade pode aproveitar eficazmente as forças interiores de uma pessoa e trazer à luz todo o seu potencial se não tiver um carácter ‘sagrado’.

Só pode provocar a mudança decisiva se vier das profundezas, onde a pessoa é o seu eu indiviso, e só se cada pincelada for totalmente intencional. Só assim as qualidades sensoriais redescobertas o podem revitalizar e restaurar a interação especial de forças de que depende. O praticante sente de repente, saboreia, ouve e vê o que está a nascer em e a partir de si mesmo, e descobre uma forma totalmente nova de se mover e perceber interiormente, na sua atividade mínima, aparentemente trivial, que agora aprende a aproveitar naquilo que contém de Ser e de qualidade.”

O que é verdade da atividade criativa é também verdade de todo o exercício físico, por exemplo, a prática da respiração, da postura e do movimento corretos. Só quando os

erros de postura e respiração, causados por hábitos de vida errados e por interferência do ego, foram superados, e a consciência objetiva-intencional recuou, é que a verdadeira natureza se torna uma presença interior e fica livre para se abrir e desenvolver. Temos de aprender a ver todos os nossos movimentos por dentro como gestos significativos.

Temos de descobrir se, e até que ponto, estamos realmente presentes nas nossas ações, ou se somos apenas prisioneiros da convenção e guiados por ideias fixas em tudo o que dizemos e fazemos. Devemos ser capazes de sentir o que significa estar plenamente presente, a partir da nossa verdadeira natureza, em cada movimento, pincelada e gesto. Isto significa que qualquer atividade – não apenas as que exigem competências especiais, mas também atividades repetitivas no escritório, na cozinha, na oficina ou na fábrica – pode ser transformada em exercício.

"Exercício diário" ganha um significado muito especial quando tudo se torna campo de prática Zen, desde a forma correta de respirar, andar (para sermos o que realmente somos, temos de andar "a partir" do centro certo), estar de pé, sentar, falar e escrever, até qualquer atividade técnica. Só contam a abordagem e a atitude de base.

Os ocidentais normalmente consideram a abertura à verdadeira natureza e a realização pessoal daí resultante como um processo totalmente "interior" e podem surpreender-se por o corpo dever desempenhar um papel tão importante. Claro que o corpo em questão não é o corpo que temos, mas o corpo que somos. Do ponto de vista do verdadeiro eu, há uma forma certa e uma forma errada de estar presente neste corpo, o meio físico através do qual nos exprimimos e manifestamos – no qual estamos "encarnados".

O nosso modo de estar presente, de "estar lá", exprime aquilo que somos num sentido total, para além da antítese corpo/alma. Trabalhar o "estar lá" de uma pessoa é sempre trabalhar o que ela é no todo – em alma e corpo. Por isso, também, todas as terapias que visam a realização pessoal mas se concentram só no elemento "psicológico" (por exemplo, a psicanálise) acabarão por se tornar completamente ultrapassadas.

Tudo o que contém a substância primordial intacta pode ser um ponto de partida e um campo de prática útil quando queremos redescobrir e libertar a nossa verdadeira natureza.

Isto é particularmente verdadeiro da experiência sensorial primordial: cor, som, cheiro, tato, gosto e – acima de tudo – consciência corporal. Mas não se trata apenas de redescobrir experiências primordiais, pré-pessoais. Pelo contrário, as qualidades sensoriais originais, quando experienciadas em meditação, desenvolvem uma nova profundidade supra-sensorial. Compreendidas e vividas assim, tornam-se uma das raízes do espírito supra-sensorial que desbloqueia a plenitude da vida.

Em vez de serem tidas por garantidas como parte automática da experiência e desprezadas, devem ser trazidas à consciência, vistas pelo que são e reconhecidas como desempenhando um papel vital na descoberta e desenvolvimento do verdadeiro eu. Isto é talvez ainda mais verdade da consciência corporal e do movimento sentido por dentro. Toda a neurose enraizada se exprime no corpo e lança raízes ainda mais profundas nos seus sintomas físicos. O neurótico é aquele que não consegue

encontrar-se no seu próprio corpo. E por isso tomar consciência do próprio corpo – primeiro dos maus hábitos, depois libertando-se deles – é um factor importante, e mesmo vital, na cura.

A pessoa "está lá" da forma certa, está pessoalmente presente no verdadeiro sentido, quando serve de mediador eficaz entre o Absoluto e o relativo, entre o Ser e a existência. O que conta é uma existência enraizada no Ser, e é isso que o Zen ensina. Mas o exercício fundamental é o zazen.

ZAZEN

Qualquer exposição sobre o Zen, por mais breve que seja, deve dar ao zazen – o exercício central do Zen – o devido destaque.

Apesar dos muitos exercícios Zen, especialmente do Rinzai Zen, que introduzem a ação na meditação, sentar-se ainda é o exercício fundamental: sentar-se na posição certa, sentar-se em silêncio, sentar-se e meditar – zazen.

O estudante de Zen começa e termina o dia com zazen. E, ao longo do dia, sempre que tem tempo – e quanto mais avança, mais tempo encontra – pratica zazen. Mesmo à noite, se acorda e não volta a adormecer de imediato, senta-se e faz zazen.

Zazen não é meditar sobre um dito sagrado ou imagem, mas apenas sentar-se e esforçar-se por deixar cair todas as imagens e pensamentos, tentando ativamente entrar no vazio.

Ao princípio, pode surpreender os ocidentais que algo que parece não fazer nada desempenhe papel tão importante – aliás, vital – para fazer florescer a nossa humanidade real no verdadeiro eu. Mas desempenha, e é importante não só para quem acredita que o propósito e meta de todo o exercício espiritual é a união com o Absoluto – mas também para quem acredita que essa união dá vida ao nosso modo de viver, amar e criar no mundo, e lhe confere significado mais profundo. Pois o mundo é sempre, no Ocidente, o nosso critério último, e mesmo pessoas que atingiram a maturidade final, e foram transformadas e libertadas no Ser para além do espaço e do tempo, têm de testemunhar o Ser no aqui-e-agora.

Não podemos dizer o que é zazen, tal como não podemos dizer o que é um som, uma cor, um cheiro, o sabor, a dureza ou a suavidade; temos de ouvir, ver, cheirar, saborear e tocar por nós próprios. E assim, temos de praticar zazen por nós próprios, e não apenas uma vez, mas repetidamente—durante semanas, meses e anos—para sabermos o que é ou, mais corretamente, o que pode ser, ou, mais corretamente ainda, o que nós próprios podemos gradualmente tornar-nos com a ajuda do zazen e ser mesmo quando não estamos a praticar zazen.

Pois zazen significa e proporciona-nos algo que não está presente apenas enquanto praticamos, mas sempre: uma atitude que incorpora, expressa e é o Ser, e que nos renova e ajuda a ver coisas novas de uma forma nova e a aproveitar cada momento ao máximo, com o Ser constantemente refletido no que somos (ou seja, na nossa forma de "estar aí"), na forma como experienciamos o que experienciamos, e no valor positivo das nossas ações—ou, de facto, das nossas omissões.

PRATICAR ZAZEN

Pratica-se zazen pela mesma razão que se pratica qualquer exercício verdadeiramente espiritual: para alcançar a união com algo a que o cristão chamaria Deus, o hindu Brahma, e o budista... Dos três, o budista é quem mais cuidado tem em não dizer o que não pode ser dito. Quando fala da natureza de Buda, está apenas a referir-se indiretamente ao coração intangível de todas as coisas—o Ser, que é tudo o que existe.

O Ser desaparece da consciência assim que nos tornamos conscientes de algo, mas a tranquilidade sagrada que se encontra para além de todos os sentimentos pode torná-lo uma presença permanente e interior, trazendo-nos de volta à verdade do que somos. Tomar consciência da nossa verdadeira natureza desta forma é, simultaneamente, a nossa própria boa sorte, a nossa forma de ajudar os outros, o nosso propósito de vida e o objetivo do exercício, ou seja, de praticar zazen.

O caminho para esta consciência passa pelo vazio, pelo total desapego de tudo aquilo que preenche a consciência contingente, que é governada por conceitos, sistemas e imagens da realidade contingente e que nos impede de alcançar o despertar. Em zazen, pretende-se abandonar todos os objetos e emoções mundanas, todas as imagens, noções e conceitos. Mas o nosso estado normal de "vigília" é governado pelo ego, e o ego nunca está livre de objetos—portanto, o nosso próximo problema é libertar-nos, através do exercício, do ego, que é sinónimo da presença de imagens, ideias e pensamentos, bem como de desejos, ansiedades, sentimentos, esperanças e medos.

A consciência natural está sempre "preocupada" (isto é, cheia desde o início), e este é o maior obstáculo ao contacto direto com a verdadeira natureza, com o Ser. Libertar-se da consciência objetiva não significa, contudo, estar "inconsciente". Pelo contrário, significa estar presente e desperto numa nova consciência subjetiva, que já não se preocupa com o que temos (num sentido objetivo), mas com o que realmente somos—a nossa verdadeira natureza enquanto modo em que o Ser, a verdadeira natureza de todas as coisas, está presente individualmente em cada um de nós.

Quando a verdadeira natureza se torna plenamente consciente, podemos também vê-la em todos os "objetos" à nossa volta. Esta é a nossa oportunidade pessoal, a nossa própria forma de estar num presente para além do espaço e do tempo—o eterno agora—no meio da realidade contingente.

A TÉCNICA DE SENTAR

A técnica pode parecer uma palavra estranha para usar em ligação com um exercício espiritual destinado a pôr-nos em contacto com o Ser, que está para além do alcance da consciência objetiva e da atividade intencional, ambas essenciais para aprender e dominar qualquer técnica. A contradição, de facto, desaparece quando percebemos que a técnica é usada para criar as condições para que o Absoluto se manifeste e que a atividade, quando é dominada e se torna automática, é realizada perfeitamente sem referência à vontade (guiada pela consciência objetiva). Nesse ponto, a Vida pode fluir

livremente da verdadeira natureza do praticante; ou seja, pode viver-se e tornar-se evidente na própria atividade.

Na sua plenitude, ordem e unidade, a Vida é a força animadora, reguladora e unificadora por trás de tudo—e quando o Ser toma forma numa pessoa, pode manifestar-se livremente nessa forma. Redentora e criadora sem cessar, a Vida pode dissolver formas fixas e reabsorvê-las, e ao mesmo tempo dar forma àquilo que não tem forma num processo eterno de devir. É precisamente esta Vida criadora e salvadora que bloqueamos ao assumirmos contornos fixos e ao apegarmo-nos a eles. Estes são os obstáculos que o zazen procura remover.

O estudante de zazen não pode mais fazer com que o exercício tenha sucesso do que um jardineiro pode fazer as suas plantas crescer. Mas o jardineiro pode e deve criar as condições para o crescimento, removendo tudo o que impede as suas plantas de crescerem e incentivando tudo o que as ajuda a desenvolver-se. Da mesma forma, o estudante de zazen deve livrar-se de tudo o que o impede de se tornar um meio para o Ser, e favorecer tudo o que o ajude.

Os três factores seguintes impedem a transcendência interior de se manifestar:

1. Consciência “estática”, ou seja, uma consciência que lida com, se agarra e está cheia de entidades fixas (imagens, pensamentos, noções, conceitos, atitudes, posições definidas).
2. Uma atitude—um modo de “estar aí”, espiritual e físico, que obstrui o movimento transformador da Vida. Os impulsos, desejos e ansiedades presentes neste tipo de atitude errada são ou rígidos e, portanto, impedem a pessoa de se tornar um meio claro, ou amorfos e dispersos, impedindo a Vida de se revelar como forma viva.
3. Respiração incorreta. A respiração correta, o movimento eterno da mudança, é a expressão mais plena da própria vida. A respiração incorreta restringe este movimento natural, mas à medida que se torna mais “certa”, a sua retidão preenche a consciência, trazendo automaticamente o indivíduo para a harmonia interior com o ritmo sempre mutável da vida.
4.

POSTURA CORRECTA

O que o Mestre Dogen, fundador do Soto Zen, disse sobre a postura correta do zazen continua válido hoje:

“Preparas-te para o exercício colocando uma esteira grossa no local escolhido e pondo uma almofada em cima para te sentares. Podes sentar-te na posição kekka-fuza (lótus completo) ou hanka-fuza (meio-lótus). Na primeira, colocas o pé direito sobre a coxa esquerda e deixa-lo repousar aí, depois colocas o pé esquerdo sobre a coxa direita e deixa-lo repousar aí. Na segunda, colocas apenas o pé esquerdo sobre a coxa direita. Deves usar a roupa e o cinto folgados, mas arrumados. Depois pousas a mão direita sobre a perna esquerda, e a mão esquerda na palma da direita. Colocas os dois polegares juntos, ponta com ponta. Manténs o corpo direito e manténs

cuidadosamente uma postura sentada correta, sem te inclinares para a esquerda ou direita, nem para a frente nem para trás.

Também deves ter cuidado para manter os ouvidos alinhados acima dos ombros, e o nariz diretamente sobre o umbigo. A língua é mantida em contacto com o céu da boca. Os lábios e os dentes estão ambos fechados. Os olhos devem estar sempre abertos. Respiras suavemente pelo nariz. Assim, colocas o corpo na melhor posição. Agora inspiras profundamente e balanças-te para a esquerda e para a direita até ficares imóvel, firme como uma rocha, numa posição ereta. E agora pensa no impensável. Como fazes isso? Não pensando! E esta é a arte profunda e natural do zazen."

O mestre Zen Hakuun Yasutani, que faleceu há pouco tempo, deixou o seguinte comentário:

"'Balanças-te para a esquerda e para a direita até ficares imóvel, firme como uma rocha, numa posição ereta.' Movimentas o corpo como um pêndulo, primeiro oscilando amplamente e depois reduzindo gradualmente o movimento até que o corpo acabe por repousar numa posição central, por si próprio. Depois, sentas-te firmemente e entras no estado de imóvel como uma montanha. É só neste ponto que a mente está recolhida (concentrada).

'Pensa no impensável. Como fazes isso? Não pensando!' Os principiantes (e o significado de 'principiante' depende da medida usada) têm sempre dificuldade com pensamentos dispersos durante o zazen. Praticantes mais avançados, já habituados a sentar-se, cujas pernas já não doem e que se sentem cada vez mais à vontade, podem ficar sonolentos—e mesmo aqueles que normalmente dormem bem caem facilmente num estado ausente ou abstraído. Estas são as duas doenças da consciência. Chamamos à primeira (pensamentos persistentes e distraídos) 'agitação', ou sanran, e à segunda (sonolência ou abstração) 'torpor', ou kontin.

Em zazen, não se pretende que a consciência desapareça, mas que entre num estado de compostura disciplinada em que nenhuma destas condições possa ocorrer. Normalmente, a consciência move-se de forma tão independente ao longo do seu trajeto habitual que é difícil mantê-la sob controlo. Por isso, devemos aprender a evitar tanto a agitação como o torpor. Ambos desaparecem se abordarmos o exercício de forma realmente séria. Imagina-te a lutar num duelo de vida ou morte, em que tu ou o teu adversário morrerão.

Estão frente a frente com as espadas desembainhadas. Cruzam as lâminas. Que sentido faz queixares-te agora de não estares completamente presente, de que a insónia te deixou sonolento e confuso?

Mesmo que nunca tenhas praticado zazen, esta é uma situação em que nenhum pensamento disperso te incomodará—se a tua atenção se desviar por um momento, serás imediatamente abatido. Da mesma forma, qualquer pessoa que queira realmente alcançar o estado de consciência adequado para zazen pode fazê-lo. Se falhar, é apenas porque não está verdadeiramente empenhada. É preocupante que nós, simples mortais, tenhamos tanta dificuldade em reunir a seriedade necessária para o zazen. Para o fazer, temos de trazer a mente para o estado certo—e isto é conhecido como 'não-pensar' (o estado que está para além do vai e vem das opiniões em conflito). Este é, de facto, o elemento central do exercício."

Uma descrição mais completa do Mestre Yasutani:

“Primeiro, deves escolher uma sala tranquila para te sentares. Pega numa esteira com cerca de noventa centímetros quadrados e que não seja demasiado mole, e coloca sobre ela uma almofada pequena e redonda, com aproximadamente trinta centímetros de diâmetro. Senta-te na almofada e deixa as pernas repousar na esteira. Não deves usar calças, pois dificultam o cruzar das pernas. Por muitos motivos, é preferível adotar a postura budista padrão (lótus completo). Para isso, colocas o pé direito sobre a coxa esquerda e depois o pé esquerdo sobre a coxa direita. O principal objetivo de te sentares assim é atingir uma estabilidade absoluta, e fazes isso estabelecendo uma base larga e sólida e cruzando as pernas sobre essa base, com ambos os joelhos a tocar a esteira.

Quando o corpo está completamente imóvel, não há movimento que estimule o pensamento, e a mente também se acalma, como que por si só. Se achares esta posição demasiado difícil, deves adotar o meio-lótus, colocando simplesmente o pé esquerdo sobre a coxa direita. Os ocidentais que não estão de todo habituados ao zazen podem achar até esta posição demasiado difícil; os joelhos não se mantêm em baixo, tendo de ser pressionados repetidamente para que ambos toquem na esteira. Se achares impossível tanto o lótus completo como o meio-lótus, deves cruzar as pernas da forma normal ou usar simplesmente uma cadeira.

“O passo seguinte é colocar a mão direita, com a palma virada para cima, no colo e colocar a mão esquerda, também com a palma para cima, sobre a direita. Forma um círculo com os polegares, juntando-os pela ponta. Deves lembrar-te de que o lado direito do corpo é o lado ativo, e o esquerdo o passivo. Ao colocar o pé esquerdo sobre o direito, estás a suprimir o lado ativo, o que proporciona a máxima tranquilidade. Se olhares para uma imagem de Buda, contudo, verás que a sua postura é precisamente o inverso—o pé direito está por cima. Isto serve para mostrar que um Buda, ao contrário de nós, está sempre ativo e a salvar outros.

“Depois de cruzares as pernas, inclina-te para a frente, empurra as nádegas para trás e volta devagar a uma posição ereta. A cabeça deve estar direita, de modo a que os ouvidos fiquem diretamente acima dos ombros e a ponta do nariz diretamente sobre o umbigo. Da cintura para cima, o corpo deve estar leve, livre de pressão e esforço. Mantém os olhos entreabertos e a boca fechada.

Com os olhos fechados, cai-se facilmente num estado enevoado e sonhador. O olhar, contudo, deve estar baixo, sem se fixar em nenhum objeto em particular. A experiência mostra que a mente está mais tranquila e livre de tensão ou fadiga quando os olhos estão assim baixados.

“A coluna deve estar sempre direita. Isto é particularmente importante. Se o corpo se curva, não só os órgãos internos são sujeitos a pressão excessiva e impedidos de funcionar livremente, como as vértebras podem também ser pressionadas e comprimir os nervos. Como corpo e mente são um, tudo o que prejudica o corpo prejudica inevitavelmente a mente, pondo em risco a clareza e ‘unidade’ que são vitais para uma concentração eficaz.

Do ponto de vista do crescimento e maturidade, uma postura ‘rígida como um pau’ é tão indesejável como uma relaxada, pois a primeira expressa orgulho e a segunda

uma total falta de disciplina pessoal. Ambas assentam no frágil ego, sendo por isso igualmente obstáculos no caminho para o despertar. Lembra-te sempre de manter a cabeça erguida; se estiver inclinada para a frente ou para um dos lados durante algum tempo, ficarás com o pescoço rígido."

Manter a postura correta é essencialmente uma questão de trabalhar continuamente para manter as verticais certas erguidas e ancoradas nos firmes horizontais do complexo estômago-pelve-diafragma, ou hara. A imagem mais útil aqui é a do "pau enraizado"; a cada respiração, as raízes vão mais fundo na terra, enquanto o tronco e o topo crescem para cima. Mas, repetidas vezes, damo-nos conta de que estamos um pouco caídos, deixando o abdómen relaxar ou retrair, privando a coluna do apoio natural que só pode ter quando está completamente vertical—e a cabeça escorregou para a frente ou para trás como consequência.

Por isso, temos de nos endireitar vezes sem conta—sem nos preocuparmos com as costas ocas! Uma posição que ao início parece artificialmente ereta e rígida ("pau") torna-se imediatamente correta se seguimos a recomendação de "empurrar as nádegas para trás" (como diz o Zen com humor, "deixa o ânus ver o sol!"), pressionando ligeiramente o abdómen para a virilha. Subitamente sentimos o corpo a endireitar-se sozinho, sem esforço—e sentimos que nos expandimos para cima, para baixo e em todas as direções.

TRABALHAR A CONSCIÊNCIA

A transformação da consciência procurada na prática Zen inclui tanto o conteúdo como a forma da consciência—ou seja, começamos por esvaziar a consciência e depois transformamos a própria consciência.

Esvaziar a consciência. Quando tentamos livrar-nos das imagens, noções e pensamentos persistentes que nos impedem de "mergulhar nas profundezas", a primeira regra é deixá-los passar como nuvens ao vento.

No seu estado de vigília normal, o ego tem sempre objetos de consciência. Uma forma de nos libertarmos deles é permitir que o ego se foque num objeto que acaba por o absorver! A respiração, ou melhor, o ritmo da respiração seguido atentamente, é o "objeto" preferido para este propósito. À medida que este padrão natural de "expira-expira-inspira" se vai infiltrando gradualmente na nossa consciência, aproximamo-nos do ponto em que a verdadeira meditação substitui a "concentração", a tensão centrada no objeto dissipa-se e ficamos num estado "sintonizado" que preenche completamente a consciência. Este estado de sintonia é o que importa: a música do Ser ressoa sempre, e devemos tornar-nos instrumentos afinados para que se faça ouvir através de nós.

Contar as respirações é uma forma tradicional de manter as imagens e pensamentos afastados. Dizem-nos para contar até dez e recomeçar—isto serve para evitar que nos orgulhemos da "pontuação" ou que fiquemos sonolentos por contar indefinidamente.

Se não fixarmos o olhar no ponto observado em meditação, mas simplesmente deixarmos o olhar repousar nele, isso também pode operar a mudança da consciência

objetiva para a subjetiva. De repente, já não está “fora”, mas também “dentro”, e nós e ele somos um só. Quando isso acontece, tanto o ego como o objeto deixam de existir.

Podemos ainda esvaziar a consciência concentrando-nos no ponto onde os dois polegares se tocam, registando simplesmente a sensação no ponto de contacto. Para eliminar a “pressão” sobre os polegares nesse ponto, é preferível não colocar a mão esquerda inteira na palma da direita, mas apenas pousar os dedos da mão esquerda sobre os dedos da direita. Feito isto, os polegares tocam-se automaticamente de forma muito ligeira.

Transformar a consciência. Transformar a consciência é, antes de mais, substituir a consciência objetiva pela consciência sensorial, e podemos fazê-lo melhor focando-nos nas nossas próprias impressões sensoriais imediatas. A questão é: o que sentimos realmente, subjetivamente, quando objetivamente sabemos, por exemplo, que os polegares se tocam, o pé está apoiado, ou as nádegas tocam o chão num determinado ponto?

Normalmente, aquilo que “sentimos” transforma-se imediatamente naquilo que “sabemos”—mas agora tentamos restabelecer o contacto original, sentir a qualidade do que sentimos e a qualidade das nossas próprias sensações. Devemos focar-nos na respiração deste modo, não como algo que acontece num sítio particular, algo que temos ou fazemos, mas como mudança e movimento que somos.

No exercício, devemos sentir-nos a responder à qualidade rítmica dos próprios movimentos e a manifestar o seu significado como algo que experimentamos e somos. Qualquer ação que se torne automática pode ser realizada desta maneira. Na verdade, o quotidiano está cheio destas ações automáticas, e o estudante de Zen aprende a usá-las para voltar a contactar com o seu eu interior, repetidamente, ao longo do dia. Este é também o segredo do poder transformador do mantra.

Recitado vezes sem conta, em voz alta ou só para nós próprios, quebra o feitiço da consciência objetiva, abre a porta e permite-nos unir à nossa verdadeira natureza interior. É a pura repetição, mais do que o conteúdo, que o permite. Obviamente, só funciona corretamente se a mente estiver completamente centrada na união com o Absoluto.

Podemos facilitar a transição da consciência objetiva para a consciência sensorial em zazen se deixarmos de pensar na consciência como localizada na cabeça (testa) e passarmos a senti-la na parte de trás do pescoço ou na parte superior da coluna, isto é, se nos sentirmos nesse ponto e “virmos” a partir dele. O ponto sobre o qual os olhos repousam na meditação pode também ser “visto” assim—e o que vemos então é totalmente diferente do que vemos com a consciência cerebral, definidora.

A nova consciência pode dizer-se que não é consciência mental, desenvolvida no cérebro, nem pré-mental, localizada no cerebelo e de carácter mais primitivo, mas pós-mental, difundida por todo o corpo—tal como a mudança total, ao fundirmo-nos com a natureza de Buda, é também sentida como algo que afeta todo o corpo.

O estado de consciência que tentamos alcançar no caminho para a nossa verdadeira natureza não é apenas supra-objetivo, mas também supra-dualista. Podemos aproximar-nos dele “suportando” sentimentos, sensações e até dor (por exemplo, nas

pernas) que se intensificaram até quase se tornarem insuportáveis. Quando uma dor insuportável é suportada com total serenidade, pode surgir um estado de ser para além da dor e da não-dor.

RESPIRAÇÃO

Ninguém pode praticar zazen de forma significativa e proveitosa sem saber respirar corretamente. A abordagem do zazen à respiração mostra de forma particularmente clara quão longe o Zen está do meramente artificial e como o seu caminho para a verdade passa sempre pelas necessidades profundamente naturais ou imediatas de uma dada situação. “Isto e só isto” é a única regra, e tudo o que o Zen exige quanto à postura correta resume-se nestas duas palavras: só isto.

Por isso, a respiração Zen está muito longe, por exemplo, da respiração do hatha yoga. A única alteração que o Zen procura fazer é eliminar a distorção da respiração natural, que ocorre sobretudo quando o ego predomina e o centro de gravidade correto se desloca para cima, fazendo com que os músculos auxiliares sejam chamados a desempenhar uma função que deveria ser normalmente do diafragma.

Tomar consciência do verdadeiro significado da respiração como mudança e movimento, bem como do significado de cada fase da respiração natural, revelou ser uma forma útil de desmontar maus hábitos enraizados no zazen. Simplificando, ao procurar atingir a união com o Absoluto, ou qualquer outro nome que se lhe dê, é preciso deixar de se identificar com o ego definidor objetivo, que se agarra às suas posições fixas.

Quando funciona devidamente, a respiração natural faz grande parte deste trabalho por nós. Trata-se de abrir os olhos ao processo e experimentá-lo conscientemente, isto é, participar nele conscientemente durante a prática. Podemos fazê-lo de forma simples, aprendendo a pensar na respiração não apenas como uma forma de inspirar e expirar ar, mas como um movimento em que nos abrimos e fechamos, nos damos e, renovados, nos recebemos de volta.

Ao expirar, o praticante de zazen deve sentir que se liberta de tudo o que ficou fixo e estático, criando espaço para o movimento de renovação que pode experimentar ao inspirar. Quando a respiração segue o seu ritmo natural, primordial e saudável, inspirar ocupa normalmente um quarto do tempo de toda a operação. Expirar e a pausa entre expirar e inspirar ocupam os restantes três quartos e preparam a expansão natural da inspiração.

Nesta segunda fase, nós (1) relaxamos, (2) assentamo-nos e (3) fundimo-nos; ou, mais precisamente, (1) relaxamos a parte superior do corpo (ombros, peito), que foi erguida, (2) assentamo-nos na região pélvica, ou hara, e (3) fundimo-nos com a base pélvica. Quando fazemos isto corretamente, inspirar torna-se automático e é sentido como revitalização e renovação de todo o sistema. Uma fórmula, que o exprime de forma mais profunda e pode ser usada a acompanhar a respiração, diz: dar-se, entregar-se, abdicar de si e (ao inspirar) receber-se de volta, renovado.

Expirar é assim a única fase em que realmente “fazemos” algo; inspirar é automático. Obviamente, só respiramos assim—cumprindo conscientemente o propósito da

respiração—durante a fase de concentração antes de cada exercício. Assim que a respiração se torna automática, começa a fase propriamente dita de meditação.

Só alguém que praticou zazen corretamente e com a maior regularidade durante pelo menos alguns meses pode avaliar o que ele tem para oferecer. O período mínimo tradicional de exercício é de trinta a quarenta minutos.

OS TRÊS ESTÁDIOS DA CONSCIÊNCIA E OS CINCO PASSOS NO CAMINHO

Vimos que a nossa verdadeira natureza é o modo pelo qual o Ser divino procura manifestar-se em nós, e que não o pode fazer enquanto o ego objetivo e os seus valores imperarem. Para tomar consciência (ou seja, para "entrar" na perceção) do Ser, precisamos de uma nova consciência, uma consciência subjetiva, em que Ser e consciência se tornam uma presença interior única. O objetivo do Zen é libertar a consciência subjetiva.

Estamos tão totalmente absorvidos pelas coisas que conhecemos, conseguimos fazer e a que estamos habituados, que raramente reparamos no brilho refletido de uma vida nova, desconhecida e maior, logo para além do limite da nossa consciência comum. Esta consciência comum é como uma ilha e nós somos como ilhéus; não conseguimos imaginar nada para além da nossa ilha, e embora o mar nos rodeie por completo, não fazemos ideia do que ele é ou até onde se estende.

Um mistério inexplicável percorre toda a nossa existência, mas os seus únicos laços com a nossa consciência ordinária são subliminares. Como as estrelas à luz do dia, está escondido de nós pela claridade da nossa própria consciência objetiva, mesmo que o nosso propósito e destino na vida seja deixá-lo manifestar-se em e através de nós. Todo o processo iniciático, todo o "caminho" de prática, visa fazer com que isso aconteça—incluindo o Zen.

O caminho que seguimos enquanto seres humanos é o caminho do desenvolvimento da consciência, e este consiste em três estádios. Começamos na fase pré-mental, onde ainda estamos "para além" das antíteses, onde a consciência indivisa expressa a vida indivisa. O nosso objetivo final é o estádio pós-mental, que também se encontra "para além" das antíteses; este é o estádio a que o Zen visa chegar. O estádio mental situa-se entre ambos e é governado pelo ego definidor.

Assim, a palavra "para além" tem um duplo significado, que se aplica a dois estádios: pré-mental e pós-mental. O "para além" em si é um princípio ativo, que nos sustenta e estimula ao nível mais profundo da nossa consciência, embora gradualmente percamos contacto com ele à medida que o nosso intelecto se desenvolve. E é algo a que podemos voltar ao superarmos a consciência que nos aliena das nossas raízes. A sabedoria do Zen concentra-se nesse nível espiritual em que a nossa consciência comum é deixada para trás, e a Vida é experienciada de forma pós-mental e não pré-mental.

Obviamente, esta experiência surge mais facilmente se a Vida ainda estiver ativa, embora subliminarmente, bem no fundo de nós. Se, por outro lado, já não conseguimos sentir a sua presença, levá-la a sério ou aceitar as suas manifestações

como algo mais do que infantil ou primitivo, teremos dificuldade em contactar com o Zen.

Não podemos sobreviver incólumes nem mesmo durante a fase em que o desenvolvimento da consciência objetiva nos alienou da consciência primordial, pré-objetiva, a não ser que estejamos ainda secretamente em contacto com o Ser. Se a consciência objetiva e a sua lógica, estética e ética cortarem completamente este contacto, acabamos por chegar a um ponto em que a única alternativa à estagnação total é a irrupção no terceiro estádio, o pós-mental.

Os três estádios da consciência podem ser subdivididos em cinco passos. A transição do pré-mental para o mental é o primeiro. O segundo, terceiro e quarto são todos dados no estádio mental da consciência, que serve de trampolim para o estádio pós-mental.

O segundo passo é o aparecimento e desenvolvimento da consciência objetiva e dualista, que nos coloca simultaneamente nas antíteses ego/mundo e ego/verdadeira natureza. Para começar, contudo, a única tensão que sentimos é a do ego/mundo. Suprimindo a verdadeira natureza e as nossas raízes no Ser, concentramo-nos inteiramente no mundo, em triunfar nele, sobreviver nele e cumprir o que ele nos pede, e o fosso que nos separa do Ser alarga-se.

O terceiro passo surge quando a tensão ego/mundo esmaga a nossa verdadeira natureza, e a angústia resultante leva-nos a voltarmo-nos para dentro. Agora tentamos escapar às exigências do mundo, mas estas são incessantes, e ficamos divididos entre viver para o mundo e viver para o nosso próprio eu interior. A verdadeira natureza chama do mundo interior e, tentando viver apenas essa vida, acentuamos a tensão entre as nossas necessidades internas e as exigências do mundo. Esta tensão é a característica central do terceiro passo. Quando a pressão aumenta até ao ponto de rutura, estamos prontos para dar o quarto passo.

O quarto passo só é dado quando uma primeira experiência da nossa verdadeira natureza—e do Absoluto na nossa verdadeira natureza—nos libertou, encheu de alegria e nos pôs à procura de estabilidade fora da antítese vida interior/vida mundana. Isto significa virar as costas ao mundo e tentar, repetidamente, sentir a nossa verdadeira natureza em meditação “privada”, habitar o Ser para além da antítese.

Como o contacto com o Ser nos liberta da angústia, tentamos naturalmente prolongá-lo. Claro que esta procura de tranquilidade fora do mundo pode ser puro escapismo, uma tentativa de viver no passado ou de recuperar o mundo protegido da infância. Mas também pode dar início a algo novo, gerar um novo sentido de propósito e conduzir a uma realização genuína.

Durante todo este tempo, o ego e os nossos laços com o mundo continuam inevitavelmente presentes, e assim chega inevitavelmente o dia em que percebemos que a paz que pensamos ter encontrado fora das contradições da vida é afinal a paz da indolência. Reprimir a nossa verdadeira natureza era uma forma de falhar enquanto seres humanos completos—e falhamos de novo agora se tentamos fingir que não temos ego, que não estamos no mundo e que a contradição entre a verdadeira natureza absoluta e a realidade contingente simplesmente desapareceu.

Precisamente quando achamos que ultrapassámos todas as contradições da vida, damos de caras com a única contradição que não pode ser removida, que não desaparece. E assim somos forçados, vez após vez, a enfrentar o ego e o nosso destino humano. Temos de regressar ao mundo e aceitar a dor causada pela tensão entre o relativo e o absoluto.

Se, neste ponto, esquecermos o que o quarto passo nos ensinou e simplesmente recuarmos para o velho ego, tudo pode estar perdido. Mas se conseguirmos verdadeiramente ultrapassar as antíteses aceitando-as, podemos finalmente dar o salto para a consciência pós-mental, que já estava próxima quando demos o quarto passo. Este é o quinto passo, o passo decisivo rumo ao verdadeiro eu, onde ego e verdadeira natureza se tornam um só.

Ao dar o quinto passo, experimentamos o satori e a abertura do olho interior, que vê o Ser e a existência como um só. Só neste ponto podemos deixar de ver a existência dualista e o Ser não-dualista como opostos, e começar a perceber o Ser na existência. Quando damos o quarto passo, tentamos perder o ego na verdadeira natureza. Quando damos o quinto passo, temos de aceitar o ego de novo. Só aprendendo a ver as antíteses como a forma pela qual o não-dois se nos apresenta ao passar pelo prisma da consciência definidora, conseguimos aceitar a dor causada pelo conflito entre luz e trevas, bem e mal, Ser e não-Ser—e fazer dela algo positivo.

O facto de agora estarmos ancorados na verdadeira natureza, num ponto para além do sofrimento e da ausência de sofrimento, não significa que deixemos de sofrer, mas sim que agora podemos sofrer de forma útil. A partir daqui, a nossa dor já não é uma dor sem propósito, amarga, sem sentido, da qual não se pode escapar; é uma dor que nos beneficia e nos transforma. Agora que experimentámos algo para além da causa e efeito, e vimos através dessa relação, podemos encarar os reveses da vida de outra maneira e usar a nossa nova liberdade para os transformar em algo positivo.

Chegámos ao fundamento de todas as coisas, e agora podemos aceitar o nosso destino—por mais duro que seja—moldá-lo e tirar dele o máximo partido, de uma forma que muitas vezes parece sobre-humana para a consciência comum. Na verdade, tudo isto apenas mostra o que o ser humano realmente é, no fundo, quando alcança a totalidade.

As formas como experienciamos o mundo e reagimos a ele foram transformadas. O Absoluto vive “subjetivamente” em nós, e a dor da relatividade adquire também um novo significado; pois, aconteça o que acontecer, estamos agora conscientes do Ser criador e redentor como uma força omnipresente, constantemente, amorosamente, a chamar-nos de volta ao fundamento em que todas as coisas são uma, e também constantemente a refazer-nos e a devolver-nos ao mundo.

A fórmula dos cinco passos percorre toda a vida humana, enquanto a vida estiver em movimento e avançar dialeticamente rumo à realização no não-dois. A nossa vida consciente é tensionada entre polos, ora um ora outro “vencendo”, e deixa de ser real num universo não polar onde esses polos são suspensos. Rejeitamos o relativo ao virarmos as costas ao mundo, mas só ao aceitá-lo novamente e encontrar o Absoluto—que agora experienciámos—no próprio coração da relatividade é que podemos aproximar-nos da realização.

O Zen pensa, vive e pratica a dialética dos cinco passos da vida. A dialética por que passamos na prática (e passar por ela é mais do que apenas pensá-la) tem força simbólica também para a vida humana, quando é vivida, sofrida e moldada “até ao fim que é a realização”.

Tenho a agradecer ao meu mestre Zen, Takeharu Teramoto, um texto de profundidade inesgotável—“O Conto da Maravilhosa Arte de um Gato”—que dá uma imagem única e vívida da dialética dos cinco passos.

Takeharu Teramoto foi um antigo almirante e professor na Academia Naval de Tóquio. A sua prática (gyo) era o esgrima, e a história dos cinco gatos foi-lhe transmitida pelo seu mestre de esgrima—o último numa escola onde fora passada de mestre a mestre desde o início do século XVII como um guia secreto para a prática.

O CONTO DA MARAVILHOSA ARTE DE UM GATO

Era uma vez um mestre espadachim chamado Shoken. A sua casa era atormentada por um rato enorme, que corria ousadamente de um lado para o outro mesmo em plena luz do dia. Um dia, Shoken colocou o seu gato dentro da sala e fechou a porta atrás dele, para que apanhasse o rato; mas o rato atirou-se ao gato e mordeu-lhe a cara com tal ferocidade que este fugiu a uivar—e assim, esta tentativa não deu em nada. De seguida, Shoken trouxe vários gatos vizinhos, com boa reputação, e colocou-os na sala. O rato encolheu-se num canto e saltava para qualquer gato que se aproximasse, mordendo-os e pondo-os em fuga.

Tinha um aspeto tão feroz que nenhum dos gatos quis arriscar voltar a enfrentá-lo. Nesta altura, Shoken perdeu a paciência e decidiu ele próprio perseguir e matar o rato. Mas, apesar de toda a sua habilidade, o rato escapou-se a todos os seus golpes e não o conseguiu apanhar, embora tenha enfiado a espada por portas, shojis e karakamis na tentativa. O rato deslizava pelo ar como um relâmpago, esquivando-se a todos os seus golpes, saltava para ele e mordia-lhe a cara. Finalmente, a suar e exausto, gritou ao seu criado: “A seis ou sete léguas daqui, há um gato que dizem ser o mais inteligente do mundo—vai buscá-lo!”

O criado foi buscar o gato. Parecia igual aos outros—nem particularmente esperto, nem especialmente feroz—e por isso Shoken não esperava nada de especial. Ainda assim, abriu a porta com cautela e deixou-o entrar. O gato avançou muito calmamente e lentamente pela sala, como se também não esperasse nada fora do comum. O rato, porém, estacou e não se mexeu. O gato simplesmente caminhou tranquilamente até ele, pegou-o com a boca e levou-o para fora.

Nessa noite, os gatos derrotados reuniram-se em casa de Shoken, ofereceram respeitosamente à velha gata o lugar de honra, inclinaram-se perante ela e disseram humildemente: “Todos nós somos considerados trabalhadores. Todos praticámos as nossas habilidades e afiámos as garras para podermos vencer ratos de todo o tipo, e até doninhas e lontras. Nunca pensámos que pudesse existir um rato tão forte. Como conseguiste vencê-lo com tanta facilidade? Por favor, não guardes o segredo só para ti, mas conta-nos como o fizeste!”

A velha gata riu-se e disse: “É verdade, todos vocês, gatos jovens, são trabalhadores, mas não conhecem o caminho certo, e por isso falham quando aparece algo inesperado. Mas primeiro contem-me como praticaram.”

Um gato preto avançou e disse: “Venho de uma família famosa por caçar ratos, e decidi seguir o mesmo caminho: consigo saltar por cima de um biombo de dois metros de altura. Consigo passar por um buraco tão pequeno que só um rato conseguiria atravessar. Desde que era um gatinho, pratiquei todos os truques acrobáticos. Mesmo quando estou a acordar, ainda meio a dormir e a tentar espreguiçar-me, basta ver um rato a passar por uma viga—apanho-o logo. Mas aquele rato hoje era mais forte do que eu, e sofri a pior derrota da minha carreira. Estou profundamente envergonhado.”

“O que praticaste”, disse a velha gata, “foi técnica e nada mais [shosa, ou pura destreza física], mas estás constantemente a perguntar-te, ‘Como posso vencer?’ e, assim, estás sempre agarrado a um objetivo! Quando os grandes mestres do passado ensinavam ‘técnica’, faziam-no para mostrar aos alunos um caminho [michisuji]. A sua técnica era simples—e no entanto continha a mais elevada verdade. Mas hoje, só a técnica interessa às pessoas. Claro que inventaram muitos truques novos baseados no princípio do ‘isto e aquilo resulta de fazer tal ou tal coisa’.

Mas qual é o verdadeiro resultado? Apenas mais um novo truque e nada mais. E assim, o velho caminho foi esquecido e as pessoas esgotaram o cérebro a tentar superar-se umas às outras com melhores técnicas. Agora todas as possibilidades estão esgotadas e já não há pedras por virar. É isto que acontece sempre que só a técnica importa e se confia apenas na esperteza. É verdade, claro, que a esperteza é uma função espiritual, mas se não se basear no caminho e se se limitar à destreza, estás no caminho errado e tudo te corre mal. Por isso, procura a verdade em ti mesmo e pratica corretamente a partir de agora.”

Depois, um grande gato malhado avançou e disse: “Acredito que a mente é o único factor que conta nas artes marciais; por isso, sempre procurei desenvolver o meu poder mental [ki wo neru]. Como resultado, sinto que a minha mente é tão dura como o aço, livre, e carregada com o ‘espírito do ki’ que enche o céu e a terra [Mêncio]. No momento em que vejo o adversário, este espírito omnipotente lança-lhe um feitiço, e eu já ganhei antes de começar. Só então faço o meu movimento—muito simplesmente, fazendo apenas o que a situação exige.

Consigo ouvir o pensamento do oponente, consigo usar o meu poder para o fazer ir para a esquerda ou direita conforme quero, e sei sempre o que ele vai fazer antes de o fazer. Nunca penso na técnica—a técnica trata de si própria. Quando um rato corre por uma viga, basta eu olhar fixamente para ele. Logo ele cai e apanho-o! Mas aquele rato é um mistério; aparece sem forma e desaparece sem deixar rasto. O que é isto? Não sei.”

“É verdade”, disse a velha gata, “que procuraste o efeito que vem do grande poder que enche o céu e a terra. Mas o que alcançaste é apenas poder psíquico e não é bom no verdadeiro sentido da palavra. O simples facto de estares consciente do poder em que confias para vencer joga contra ti, pois o teu ego está presente. O que acontece quando o ego do adversário é mais forte que o teu? Esperas esmagá-lo com o teu poder superior—e ele vira o poder dele contra ti! Achas mesmo que só tu és forte e

todos os outros são fracos? O que vais fazer quando encontrares algo que nem o teu grande poder consegue vencer? Eis a questão!

O poder interior que sentes e que te parece 'livre', 'duro como o aço' e 'a encher o céu e a terra' não é o grande poder [ki no sho], mas apenas o seu reflexo em ti. É a tua própria mente e, por isso, apenas a sombra do grande espírito. Claro que se assemelha muito a esse grande poder, mas na verdade é algo completamente diferente. O espírito de que Mêncio fala é forte porque está permanentemente iluminado por uma grande clareza—mas a tua mente só é forte em certas condições. A tua mente e o espírito de que fala Mêncio vêm de fontes diferentes, por isso têm efeitos diferentes.

A diferença entre eles é como a diferença entre um rio eternamente corrente, como o Yangtzé, e uma cheia de uma noite. Que tipo de poder precisas quando estás perante algo que o poder espiritual contingente [kisei] nunca poderá vencer? Lembra-te do velho provérbio: 'Um rato encurralado até morde o gato.' Quando o teu adversário está encurralado e de frente para a morte, já nada o pode tocar. Esquece a vida, a dor, a si mesmo—e já não se importa com vitória ou derrota. Já não tem intenção de proteger a própria segurança. É por isso que a sua vontade é tão dura como o aço. Como esperas vencê-lo com poderes espirituais de que te apropriaste para ti?"

Um gato cinzento mais velho avançou então lentamente e disse:

"Tudo o que disseste é verdade. O poder psíquico, por maior que seja, tem sempre uma forma interna [katachi], e tudo, por pequeno que seja, que tenha forma é tangível. Por isso, durante muitos anos procurei desenvolver a minha alma [kokoro, o poder do coração]. Não uso o poder que subjuga os outros pela mente [o sei usado pelo segundo gato]. Nem uso as garras e dentes [como o primeiro gato].

Faço as pazes com o adversário, deixo-me ir com ele, e não faço absolutamente nada para o contrariar. Se ele for mais forte, cedo simplesmente e faço-o sentir que faço o que ele quer. Pode-se dizer que a minha arte é a arte de apanhar pedras voadoras numa cortina solta. Qualquer rato, por mais forte que seja, que tente atacar-me, não encontra nada onde se agarrar. Mas aquele rato hoje simplesmente não queria entrar no meu jogo. Aparecia e desaparecia tão misteriosamente como o próprio Deus. Nunca vi nada assim."

"O que chamas fazer as pazes," disse a velha gata, "não está enraizado na verdadeira natureza, na grande natureza de todas as coisas. É uma forma fabricada, artificial, de fazer as pazes—um truque—e estás a usá-la conscientemente para escapar à agressão do teu inimigo. Mas porque pensas nisso—nem que seja por um instante—ele percebe o que estás a fazer. Se tentares parecer conciliador nesse estado de espírito, apenas confundes e obscureces o teu próprio instinto agressivo e diminuis a acuidade das tuas próprias perceções e ações.

Tudo o que fazes com intenção consciente inibe o impulso primordial, secreto, da natureza e bloqueia o seu fluxo espontâneo. Como esperas realizar milagres assim? Só quando não pensas em nada, não queres nada, não fazes nada, e entregas o teu próprio ritmo ao ritmo da verdadeira natureza [shizen no ka], é que deixas de ter forma tangível—e a contra-forma torna-se impossível. Quando isso acontece, já não pode haver inimigos a resistir.

“Não acredito por um momento que tudo o que praticaste seja inútil. Tudo—absolutamente tudo—pode ser uma forma do caminho. Técnica e caminho podem também ser uma e a mesma coisa, e o espírito que tudo governa está então contido na técnica e manifesta-se através das ações do corpo. O poder do grande espírito [ki] serve a pessoa humana [ishi]. Se o teu ki for liberto, estás infinitamente livre para responder a tudo da forma adequada. Se o teu espírito estiver verdadeiramente em paz, nem o ouro nem a pedra o podem ferir, e não precisas de técnicas especiais no combate.

Só uma coisa importa: não pode haver nem um sopro de consciência do ego em parte alguma, ou tudo está perdido. Se pensares nisso nem que seja por um momento, tudo se torna artificial e já não flui da verdadeira natureza, do movimento primordial do corpo do caminho [do-tai]. Quando isso acontece, o teu inimigo também resiste em vez de fazer o que queres. Então, de que método ou arte precisas? Só quando estás completamente livre de consciência [mushin], quando ages sem agir, sem intenções ou artifícios, em harmonia com a natureza de todas as coisas, é que estás no caminho certo. Portanto, não tenhas intenções, pratica o não-ter-intenções—e deixa simplesmente as coisas acontecerem a partir da verdadeira natureza. Este caminho é infinito e inesgotável.”

E então a velha gata disse algo surpreendente: “Não penses que aquilo que te disse aqui é a palavra final. Há pouco tempo, vivia na aldeia ao lado da minha um gato malhado. Dormia todo o dia e não havia sinal algum de poder espiritual nele; limitava-se a deitar-se ali como um pedaço de madeira. Ninguém alguma vez o viu apanhar um rato, mas nunca havia ratos quando ele estava presente—e onde quer que aparecesse ou se instalasse, não se via um rato! Um dia fui ter com ele e pedi-lhe que explicasse tudo aquilo.

Não disse nada—e continuou calado quando repeti a pergunta, e repeti-a mais duas vezes. Mas na verdade, não era que não quisesse responder; notava-se claramente que ele não sabia o que dizer. E assim percebi que quem sabe não fala, e quem fala não sabe. Esse gato tinha-se esquecido de si mesmo e de tudo o que o rodeava. Tornara-se ‘nada’, atingira a forma mais elevada de não-vontade. Até se pode dizer que encontrou o caminho divino da cavalaria—vencer sem matar. Eu próprio ainda estou muito longe disso.”

Como que num sonho, Shoken ouviu tudo isto. Aproximando-se, saudou a velha gata e disse: “Pratico a espada há muitos anos, mas ainda não alcancei o objetivo. Agora ouvi as tuas sábias palavras e sinto que compreendo o verdadeiro significado e propósito do meu caminho—mas imploro-te que me contes mais sobre o teu segredo.”

“Como o poderia fazer?” disse a velha gata. “Sou apenas um animal, e os ratos são o meu alimento. Como poderia saber sobre as preocupações humanas? Só sei que a arte da espada não é meramente uma questão de derrotar um oponente, mas uma arte que pode, em última análise, conduzir uma pessoa à grande claridade do solo radiante da morte e da vida [seishi wo akiraki ni suru]. Mesmo enquanto executa os seus exercícios técnicos, um verdadeiro mestre deve praticar constantemente o exercício espiritual que o conduz a essa claridade—e para o fazer, deve estudar a doutrina do fundamento da vida e da morte no Ser e o significado da morte [shi no ri]. Só podes atingir a claridade suprema libertando-te de tudo o que te afasta deste

caminho [hen kyoku, a distância média], e, especialmente, do pensamento definidor. Se a verdadeira natureza e o contacto com a verdadeira natureza [shin ki] não forem interferidos nem pelo ego nem por qualquer outra coisa, estão perfeitamente livres para se manifestarem sempre que necessário. Mas se o teu coração se apegar—ainda que brevemente—a algo, a verdadeira natureza fica aprisionada e transforma-se em algo fixo e estático.

Quando isso acontece, há também um ego fixo e estático, e algo fixo e estático fora que lhe resiste. E assim passam a existir duas coisas frente a frente, lutando pela sobrevivência—e as maravilhosas ações da verdadeira natureza, cuja essência é a mudança constante, ficam impedidas. Este é o domínio da morte, e a claridade da verdadeira natureza perdeu-se. Se estiveres neste estado, como poderás enfrentar o teu inimigo no espírito certo e olhar calmamente para a vitória ou a derrota? Mesmo a vitória, se vier, seria uma vitória cega e nada teria a ver com o significado e propósito do verdadeiro domínio da espada.

“Estar livre de todas as coisas não significa vazio. A verdadeira natureza em si não tem natureza própria, mas está para além de todas as formas. Não absorve nada do exterior, mas a sua força vital adere a qualquer coisa, por mais trivial que seja, a que nos apeguemos, por mais brevemente que seja—e o equilíbrio primordial das energias perde-se. Se for bloqueada, mesmo que ligeiramente, a verdadeira natureza já não está livre para se derramar abundantemente. Quando o equilíbrio se perturba, ela inunda os pontos que ainda alcança, e os pontos a que não chega ficam carentes.

No primeiro caso há energia a mais, sem forma de a deter. No segundo, há energia a menos, e o espírito da ação enfraquece e falha. Em ambos os casos, torna-se impossível fazer o que a situação exige. Assim, quando falo em estar livre de todas as coisas, só quero dizer isto: se não acumulares nada, não dependeres de nada, não definires nada, não há sujeito nem objeto, nem ego nem anti-ego. Quando algo surge, encontra-se como que inconscientemente e não deixa rasto.

O I Ching diz: ‘Sem pensamento, sem ação, sem movimento, total quietude: só assim se pode manifestar a verdadeira natureza e lei das coisas a partir do interior e inconscientemente, tornando-se, por fim, um só com o céu e a terra.’ Quem pratica e compreende a arte da espada deste modo está próximo da verdade do caminho.”

Ao ouvir isto, Shoken perguntou: “O que queres dizer quando dizes que não há nem ego nem anti-ego, nem sujeito nem objeto?”

A gata respondeu: “Quando existe um ego—e porque existe um ego—existe também um inimigo. Se não nos estabelecermos como ego, não há ninguém nem nada a opor-se a nós. Quando falamos de adversário ou inimigo, referimo-nos realmente a um princípio oposto. Sempre que algo tem forma, tem também contra-forma—e ganha forma assim que se torna definido. Se a minha verdadeira natureza não tem forma, então não existe contra-forma. Sem antítese, não há princípio oposto, e isso significa que não há nem ego nem anti-ego.

Se nos entregarmos completamente e nos desapegarmos totalmente, estamos em harmonia com o mundo, em unidade com todas as coisas no grande Tudo-Um. Mesmo quando a forma do inimigo se extingue, estamos completamente inconscientes disso, no sentido em que não nos detemos nesse facto. A nossa mente move-se

livremente sem definir nada, e as nossas ações fluem diretamente da verdadeira natureza.

“Quando o nosso espírito está completamente livre e desocupado, nós e o mundo somos inteiramente um só. Isto significa que agora o aceitamos para além do bem e do mal, para além de gostos e aversões. Nada nos prende e já não nos apegamos a nada. Todas as antíteses que encontramos—ganho e perda, bem e mal, alegria e sofrimento—vêm de nós próprios. Por isso não há nada no céu ou na terra mais digno de ser conhecido do que a nossa própria verdadeira natureza. Um poeta antigo diz: ‘Um grão de pó no olho e três mundos tornam-se demasiado apertados; nada querer, e a mais estreita cama é larga o suficiente.’

Ou seja, se um grão de pó entra no olho, o olho não se pode abrir, pois só vê quando nada há dentro dele. Isto serve de metáfora para o Ser—a luz que brilha e ilumina, na qual nada é ‘algo’, mas que perde a sua virtude no momento em que ‘algo’ nela entra. Outro poeta diz: ‘Se estou cercado de inimigos por todos os lados, cem mil em número, a minha forma é esmagada até ao nada. Mas a minha verdadeira natureza é eternamente minha, por mais forte que seja o inimigo. Nenhum inimigo pode jamais penetrá-la.’ Confúcio diz: ‘Nem sequer a verdadeira natureza de um homem simples pode ser-lhe roubada.’ Se o nosso espírito se confundir, a nossa própria verdadeira natureza vira-se contra nós.

“É tudo o que te posso dizer. Procura simplesmente a verdade dentro de ti. Tudo o que um mestre pode fazer é dizer ao aluno o essencial e tentar explicá-lo. Mas só tu próprio podes descobrir a verdade e torná-la tua. A isto chama-se apropriação interior [jitoku].

A mensagem é transmitida de coração a coração [i shin den shin] de uma forma especial que está para além da instrução formal e do estudo [kyogai betsuden]. Isto não significa que aquilo que os mestres ensinaram esteja errado, mas apenas que mesmo um mestre não pode transmitir a verdade. Isto não é exclusivo do Zen. Nos exercícios espirituais dos antigos, no cultivo da alma e nas belas-artes, a apropriação interior foi sempre o elemento vital—e isso transmite-se apenas de coração a coração, para lá de toda a tradição e instrução.

O objetivo da ‘instrução’ é sempre apenas apontar o caminho para algo que todos já temos sem saber. Por isso, não há ‘mistério’ que um mestre possa ‘transmitir’ ao aluno. Instruir é fácil. Ouvir é fácil. Mas é difícil tomar consciência do que se tem dentro de si; encontrá-lo e apropriar-se corretamente dele. A isto chamamos olhar para a nossa própria verdadeira natureza [ken-sei, ken-sho]. Quando fazemos isto, experimentamos satori, o grande despertar do sonho do erro e da ilusão. Despertar, olhar para a própria natureza, perceber a verdade de si mesmo—tudo isto é o mesmo.”

ZEN PARA O OCIDENTE — O ZEN OCIDENTAL

Na sua essência, não há dúvida de que o Zen, tal como é ensinado no Oriente, não é apenas oriental, mas responde a uma das necessidades vitais também do homem ocidental. Só quem não consegue perceber do que realmente trata o Zen se deixa afastar pelos seus trajes especificamente orientais.

Devemos, no entanto, lembrar-nos de que orientais e ocidentais veem o propósito da vida humana de forma diferente — e temos de enfrentar essas diferenças se as ideias, ensinamentos e exercícios fundamentais do Zen nos hão de ser úteis. A diferença fundamental reside nas formas como Oriente e Ocidente encaram a vinda da Vida à forma.

O ser humano é governado por dois instintos conflituosos: o impulso para escapar ao mundo e o impulso para o moldar. Há uma diferença permanente entre Oriente e Ocidente no que diz respeito à relação entre ambos, e cada um corre o risco de ver apenas um dos lados. O perigo no Oriente é o de simplesmente se deixar ir e dissolver-se no Absoluto, enquanto o perigo no Ocidente é deixar que as formas fixas sufoquem o impulso vital, vendo a vida apenas como uma sucessão de fragmentos. Tanto o Oriente como o Ocidente podem aprender lições importantes com os perigos que os ameaçam.

Em ambos, ser verdadeiramente iluminado é ver ambos os lados — e ver que estão indissoluvelmente ligados —, mesmo que a tradição de cada um acentue um lado em detrimento do outro. Mesmo quando se dá prioridade a um dos lados, “ver o todo” só faz sentido como prelúdio para “ver as partes”, e ver as partes só faz sentido quando resulta de ver repetidamente o todo. Contração e expansão compõem juntas o ritmo natural da respiração e do crescimento.

E, no entanto, há uma diferença de ênfase entre Oriente e Ocidente: o Oriente enfatiza a união com o Absoluto e a extinção final do ego (e até da alma individual) no Ser, enquanto o Ocidente enfatiza a vinda do Absoluto à forma, no aqui e agora. Para nós, ocidentais, esta questão da forma é central, e a nossa natureza e tradições são tais que dar forma ao Absoluto é a nossa responsabilidade particular.

O objetivo de tentar fazer bem qualquer coisa em Zen é atingir a união com o Absoluto. Mesmo quando o objetivo imediato de um exercício é aperfeiçoar uma habilidade, esse exercício diz respeito ao que se passa no interior, à medida que a pessoa vê onde os seus modos de agir e pensar estão errados, abandona maus hábitos e passa do contacto incerto para uma consciência genuína e cada vez mais profunda do Ser na sua verdadeira natureza.

O único valor do que faz ou produz “pelo caminho” reside no grau em que reflete o seu contacto com o Ser. No Ocidente, contudo, somos herdeiros da tradição platónica; pensamos que a forma tem valor e significado inerentes, e tentamos aperfeiçoá-la por si mesma. Sentimos um dever não só para com o desenvolvimento humano, mas também para com a perfeição formal. O significado da vida, que nos é prometido pela nossa participação no Ser, não é simplesmente redenção; é também a “obra” que testemunha o Ser.

Isto é válido para tudo o que o homem faz, e ainda mais para o próprio homem. Vemos a perfeição humana na pessoa humana, que expressa a Vida numa forma válida (em termos cristãos, o Verbo que se faz carne).

Esta crença de que todas as criaturas — e também o ser humano — se realizam numa forma física, específica e perfeita, está no centro da tradição intelectual ocidental. Parte essencial dessa tradição é a convicção de que o Ser tem de assumir forma nas pessoas — uma ideia que o Oriente, com outra perspetiva e tradição, não partilha. Na verdade, é significativo que os japoneses não tivessem, até muito recentemente, palavras para personalidade ou obra (no sentido de algo feito por uma pessoa específica).

As três facetas essenciais do Ser — plenitude, ordem e unidade — revelam-se tão claramente aos orientais como a nós. Nas divindades orientais, tal como nas nossas, refletem-se nos atributos de poder, sabedoria e amor. No próprio Budismo, aparecem como o tesouro tríplice: Buda, a doutrina e a comunidade dos discípulos.

Claro que, tanto no Oriente como no Ocidente, a unidade tríplice do Ser também se reflete na forma como as pessoas se relacionam naturalmente umas com as outras. Tal como o ocidental, o oriental sente-se atraído por, ama e respeita quem expressa a plenitude e unidade do Ser na sua energia e capacidade de amar, mas que também tem contornos firmes que nem a energia nem o amor podem esbater. A arte oriental, tal como a ocidental, tem um inconfundível sentido de forma, forma perfeita à qual nada se pode acrescentar nem retirar. Mas a forma tem um significado diferente no Oriente.

Quando, no Ocidente, retiramos prazer estético de um artefacto — um quadro ou uma estátua, por exemplo — o nosso prazer vem do que vemos. Mas o oriental olha para além do que vê, para a realidade subjacente, de onde todas as formas vêm e para onde regressam, mas que está para lá tanto da forma como da ausência de forma. Para ele, uma flor em pleno florescimento é apenas uma das inúmeras maneiras pelas quais o Absoluto se manifesta — um reflexo específico dele. Para nós, a forma em que o Ser se revela é, em si, o ponto central, e a perfeição formal completa e consuma um processo. Este é o processo de vir a ser, e vemos o seu objetivo final não como a libertação de uma multiplicidade de formas no Um, mas como a revelação do Um na forma (absoluto em forma contingente).

No segundo estádio da consciência, o impulso do Ser que nos leva a procurar a perfeição fica preso e distorcido em formas fixas, e a experiência primordial é racionalizada, rigidificada, separada do Ser e, por fim, sufocada — mas isto é apenas uma forma desviada do que se pretende realmente. O Oriente chama a este estado “a doença ocidental da forma”, e agora começamos a tomar consciência dela, começamos a rebelar-nos contra o meramente formal e fixo.

O Zen e a prática do Zen podem ajudar-nos a tornar esta rebelião fecunda. Por isso, artistas e psicólogos voltam-se para o Zen, e pessoas que perderam as suas crenças usam cada vez mais a meditação do tipo zazen para se esvaziarem e se prepararem para a experiência primordial do Ser. Esta experiência está na base de todo o sentimento religioso vivo, mas a interpretação definitiva leva à pseudo-crença e à prática morta e formalista.

Antes, só intelectuais e artistas viam a verdade sobre a forma. Agora, toda uma geração começa vagamente a perceber que as formas — as que fazemos e as que somos — só estão vivas quando o Ser brilha através delas. O Oriente pode ensinar-nos muito sobre como fazer isso acontecer. A meditação Zen propõe-se refazer-nos, tornando-nos meios do Ser, e a sua insistência na postura correta significa que a mensagem está, por assim dizer, inscrita também no nosso corpo. Esta ênfase na "pessoa" como "forma" e na "forma" como "pessoa" introduz um novo elemento, tornando necessário levar a prática do Zen mais longe e aproximá-la das conceções ocidentais e cristãs tradicionais de pessoa e de forma. O que é necessário aqui é um Zen Ocidental.

A unidade tríplice do Ser está ativa em todas as criaturas vivas, e cada criatura viva traz a marca da sua plenitude, forma essencial e unidade, sustentando-nos, moldando-nos e conduzindo-nos à totalidade dentro do Todo. Mas a sua forma essencial (logos, o verbo) é-nos mais clara a nós, ocidentais, e é por isso que dar-lhe forma exterior — no que fazemos, criamos ou somos — é a nossa tarefa especial. Para nós, um artefacto é perfeito quando a "ideia" por detrás dele se expressa plenamente na sua forma — e para nós a "pessoa" é a ideia por detrás da forma humana.

A lei, "ideia" ou princípio vital subjacente à nossa verdadeira natureza apresenta-se como uma imagem na nossa consciência, e paira diante de nós como uma forma que temos de realizar. No entanto, o Ser em nós não é, fundamentalmente, uma imagem inata, mas um caminho inato — o caminho interior ao longo do qual o Absoluto toma forma à medida que o seguimos passo a passo. Quando nos lançamos conscientemente neste caminho, experimentamos satori, e os nossos olhos abrem-se para os sinais e marcas que o Absoluto usa para revelar as suas leis, ordem e essência, e para se manifestar em cada ser humano individual.

Um dos sinais que indica ao mestre que o seu aluno despertou e é uma pessoa inteiramente nova é quando o aluno já não tem medo de ser ele mesmo. Porque provou o Ser e agora é livre para se tornar plenamente ele próprio, pode comportar-se naturalmente até diante do mestre. Mas aqui a ênfase difere entre Oriente e Ocidente: o mestre oriental vê a individuação apenas como sinal de que o contacto com o Ser libertou o aluno do ego, enquanto para nós a mudança que o tornou plenamente ele próprio é aquilo que realmente conta na experiência.

Para nós, o objetivo do despertar é fazer emergir a individualidade do ser humano e torná-lo pessoa, verdadeiramente pela primeira vez; acreditamos que alguém não é pessoa simplesmente porque o Ser está nele, mas porque se manifesta na sua forma particular. Para nós, como para o oriental, o ser humano é perfeito quando o Ser brilha através dele e se reflete de forma radiante em tudo o que experiencia, é e faz, mas consideramos sobretudo que essa perfeição significa que o Ser tomou uma forma válida nele, está nele personificado e aperfeiçoa os outros através dele.

Mesmo o Zen oriental sabe que o Ser só pode ser experienciado na forma que assume na verdadeira natureza de cada indivíduo, e que experienciar devidamente a individualidade é também experienciar o Ser. Se presumirmos que o Zen rejeita a forma, estamos no caminho errado, pois o Zen vê o Ser não como transcendente às formas, mas como transcendente às antíteses, ou seja, transcendente à forma e à não-forma e, por isso, presente em toda a forma também.

Assim, há também lugar no Zen para a forma — e para a pessoa humana vista como forma. É por isso que um cristão ocidental receberá um sorriso subtilmente compreensivo se disser a um mestre Zen que Deus é uma pessoa e não o Todo-Uno impessoal. Naturalmente, quanto mais insistir no elemento pessoal, mais se expõe à suspeita de estar apegado àquele "Deus" de que Meister Eckhart dizia: "Quando o ego desaparece do ser, Deus também desaparece do ser." O Zen nega apenas uma conceção de Deus — a conceção que corresponde ao ego definidor. Uma vez perguntei ao abade do mosteiro Zen em Sendai, Mestre Miura, que lera o meu livro sobre Meister Eckhart, o que pensava das ligações entre Eckhart e o Zen. Primeiro, olhou para mim e ficou em silêncio.

Depois, atirou a mão direita à frente como uma espada e ficou a olhar um momento para a pequena distância entre o polegar e o indicador antes de dizer: "É assim. Não há nem a espessura de uma folha entre eles. Mais vale não mexer!" O que queria ele dizer com "a espessura de uma folha" — e porque disse para não tocar? O que estava realmente a dizer era isto: "Como podemos ter a certeza de que a Divindade de Eckhart não inclui a grande Unidade, para além de pessoa e não-pessoa, de que falamos? E como podes tu ter a certeza de que o Absoluto não se revela também a nós numa forma pessoal — enquanto evitamos dar-lhe um nome com medo de o aprisionar num conceito de Deus enraizado nos medos e esperanças do ego?"

E, no entanto, há uma diferença! Mesmo depois de ter experienciado o Ser como algo que não pode ser apreendido ou definido, talvez o cristão — e não só o cristão ocidental — precise ainda de venerar o mistério como "forma suprema" e de lhe dar o nome sagrado sem hesitar. O Oriente, contudo, recua perante esse gesto e envolve o Absoluto em silêncio.

O Ocidente tem um respeito instintivo pela própria forma, e assim também pela energia contida na forma. Mas também nós somos chamados a transformar-nos e a libertar dentro de nós as energias que criam forma à medida que avançamos no caminho — e os ensinamentos e a prática do Zen podem ter aqui um papel importante. De facto, a sabedoria do Zen — e a sua prática — podem ser de enorme utilidade na libertação das energias criativas do ser humano. Não há nada mais contrário à criatividade do que o ego definidor e as imagens e conceitos em que este se move (ou deixa de se mover), e que o Zen procura erradicar. E dificilmente algo liberta mais a criatividade de uma pessoa do que quebrar os conceitos que o aprisionam, mergulhar no vazio e deixar o Absoluto assumir o comando.

As pessoas perguntam frequentemente: Para que serve falar-nos de caminhos e métodos que parecem depender de mestres — se não temos mestres? O que importa recordar aqui é que algumas das coisas que um mestre no Oriente tem de fazer para preparar os seus alunos para o satori já estão feitas quando um ocidental inicia a busca. Aceitação do ego, assertividade, autoconfiança, e as catástrofes repetidamente causadas pelas suas próprias competências conceptuais, técnicas e organizacionais — são estas as coisas que preparam o ocidental médio para outra coisa e, eventualmente, levam-no ao ponto de viragem sem que se dê conta.

Quando realmente chegamos a esse ponto e ouvimos — nem que seja uma vez, mas inequivocamente — a voz "de além", então também podemos ouvir o mestre dentro de nós, a voz que nos fala em todas as crises da vida, dizendo-nos para mudar de rumo e

iniciar o caminho. Hoje já conseguimos pressentir os horizontes infinitos que se abrem dentro de nós quando as estruturas onde nos tínhamos murado desabam. E isto é sinal seguro de que estamos quase prontos para começar a procurar o caminho para a liberdade.

No momento em que nos apercebemos de que somos prisioneiros de conceitos e sistemas fixos, estamos prontos para este caminho, em que vemos o nosso sofrimento pelo que ele é, tratamos a experiência mais íntima como intuição, aceitamos a disciplina do quotidiano como prática, e por fim nos tornamos dispostos a aceitar ajuda onde a possamos encontrar. A ajuda e os ajudantes estão hoje mais próximos do que imaginamos — se apenas nos deixarmos ajudar.

O essencial é perceber que o Ser — como plenitude, logos e unidade que tudo abarca — está a entrar no coração da humanidade, e que a própria humanidade amadureceu e está pronta para o receber. Há milhões, não apenas milhares, de pessoas que olharam a morte e o terror supremo de frente, e nessa última extremidade experimentaram algo que a morte não pode tocar. Há milhões de pessoas que estiveram perto da loucura devido ao desespero por não conseguirem compreender, e que de repente pressentiram algo que o mero entendimento não pode alcançar.

Há milhões que sabem o que é estar totalmente só, e que encontraram conforto e abrigo no Todo que tudo abarca. É assim que o Ser nos vem salvar nos momentos mais negros da vida. Tudo depende de o levarmos a sério e de o vermos tal como é: força interior que o mundo quotidiano não pode alcançar, significado fundamental para além de toda a compreensão, e amor cujo poder é ilimitado.

Experimentar o poder salvador do Ser é uma coisa, mas há milhões que também sentiram dentro de si a capacidade e o dever de moldar a sua vida de acordo com isso — sentindo pela primeira vez o impulso e a promessa que levam o homem a seguir a lei da Vida, inscrita no mundo e a que o mundo deve obedecer. Personalidade construída, perfeição formal, sistema e ordem — são sempre os objetivos de quem não vê para além do ego natural. Mas, como objetivos supremos, pertencem à era que está a chegar ao fim. Estão a ser substituídos por outros objetivos em que o núcleo essencial do que o ego mundano é e faz cumpre o seu verdadeiro propósito tornando-se janela para o Ser.

Cada um de nós concentrou-se até agora em ser uma “personalidade” — autoconfiante, produtiva, dedicando conscientemente as suas energias e virtudes a ideais objetivos e valores sociais objetivos. Mas chegou a hora de seguir em frente e concentrar-se em tornar-se uma pessoa real, permanentemente aberta e fiel ao caminho, assumindo forma e aceitando-a nos outros apenas quando permite ao Ser brilhar através, quando deixa espaço para uma mudança futura.

Hoje cresce uma nova geração, uma geração que experimentou o Ser por si mesma, manteve contacto com ele, obedece às suas leis, está atenta às próprias fraquezas, rejeita a hipocrisia e dedica-se ao serviço de um novo mundo. À medida que as antigas supremacias perdem poder e os antigos tabus perdem o seu encanto, os velhos ideais ilusórios vão sendo rejeitados e a verdade sóbria do Ser começa a surgir.

Quanto mais escuras são as nuvens no nosso horizonte, mais prontos estamos para acolher a luz que as dissipa por completo. Olhamos para as nuvens ou para a luz? Esta é a pergunta eterna e decisiva, a questão fatal que hoje enfrentamos. Cabe-nos a nós decidir quem prevalecerá: a velha geração, que perdeu o contacto com o Ser, não consegue mudar e caminha para a destruição; ou a nova geração, que se desenvolveu e amadureceu para ser recetáculo e meio do Ser, avançando firmemente para uma vida nova — e levando o mundo consigo.